



«Ст. 16»
 Директор

«Утверждено»
 Генеральный директор
 МКП «Иродской Комбинат»
 Шадельного питания
 Шахова А.М.

Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«16» мая 2022 г.

№ Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 4							
День 1							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	5,06	1,87	0,9	56	
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко 3,2%, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	150/2	5,81	7,5	25,86	194,47	1049
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986
	Хлеб пшеничный йодированный	27	1,58	0,21	10,71	67,5	-
Яблоко свеж	155	0,6	0,6	22,05	70,5	-	
Итого за завтрак:		595	19,55	15,82	72,97	520,17	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт	5,06	1,87	0,9	56	
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (крупа геркулесовая, молоко 3,2%, сахар-песок., соль йод., масло слив.)	200/5	7,85	8,83	34,53	248,28	898a
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986
	Хлеб пшеничный йодированный	26	1,58	0,21	10,71	65	-
Яблоко свеж	160	0,64	0,64	15,68	75,2		