



**МЕНЮ НА ПЕРИОД ОСЕНЬ - ЗИМА  
ДЕНЬ № 7 (7-11 лет)**

| № реч.           | Наименование блюда                       | Выход блюда | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Калорийность  | A           | B1           | C           | E           | Ca           | Mg            | P            | Fe          | Цена, руб. коп. |
|------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |  |             |              |              |               |               |             |              |             |             |              |               |              |             |                 |
| 502              | Кисель из клюквы                         | 200         | 0,10         | 0,00         | 23,00         | 96,00         | 0,00        | 1,80         | 0,00        | 0,00        | 10,00        | 7,00          | 2,00         | 0,10        | 7-00            |
| 566              | Булочка молочная                         | 100         | 9,60         | 2,20         | 56,20         | 284,00        | 0,14        | 0,20         | 0,00        | 1,20        | 60,00        | 94,00         | 18,00        | 1,00        | 12-00           |
|                  | <b>Итого:</b>                            | <b>300</b>  | <b>9,70</b>  | <b>2,20</b>  | <b>79,20</b>  | <b>380,00</b> | <b>0,14</b> | <b>2,00</b>  | <b>0,00</b> | <b>1,20</b> | <b>70,00</b> | <b>101,00</b> | <b>20,00</b> | <b>1,10</b> | <b>19-00</b>    |
| <b>ОБЕД</b>      |  |             |              |              |               |               |             |              |             |             |              |               |              |             |                 |
| 149              | Суп картофельный с фрикадельками мясными | 220         | 1,76         | 2,36         | 11,76         | 75,40         | 0,09        | 8,86         | 0,00        | 1,02        | 13,00        | 56,80         | 23,40        | 0,88        | 11-65           |
| 291              | Макаронные изделия отварные              | 200         | 7,50         | 0,90         | 38,72         | 193,20        | 0,08        | 0,02         | 0,00        | 1,10        | 7,60         | 47,60         | 10,80        | 1,00        | 14-00           |
| 412              | Котлета куриная                          | 90          | 13,50        | 9,60         | 8,40          | 169,70        | 0,09        | 0,77         | 0,04        | 0,44        | 33,40        | 84,90         | 16,70        | 1,03        | 24-00           |
| 510              | Компот из апельсина с яблоками           | 200         | 0,50         | 0,20         | 22,20         | 93,00         | 0,03        | 11,60        | 0,00        | 0,10        | 19,00        | 12,00         | 8,00         | 0,80        | 6-00            |
| 109              | Хлеб ржаной                              | 40          | 2,64         | 0,48         | 13,30         | 69,60         | 0,07        | 0,00         | 0,00        | 0,56        | 14,00        | 63,20         | 18,80        | 1,56        | 2-00            |
| 108              | Хлеб пшеничный                           | 50          | 3,80         | 0,40         | 24,85         | 117,50        | 0,06        | 0,00         | 0,00        | 0,55        | 10,00        | 32,50         | 7,00         | 0,60        | 2-00            |
|                  | <b>Итого:</b>                            | <b>800</b>  | <b>29,70</b> | <b>13,94</b> | <b>119,23</b> | <b>718,40</b> | <b>0,42</b> | <b>21,25</b> | <b>0,04</b> | <b>3,77</b> | <b>97,00</b> | <b>297,00</b> | <b>84,70</b> | <b>5,87</b> | <b>65-63</b>    |