



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	17-63
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	94-00
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>