



**МЕНЮ НА ПЕРИОД ОСЕНЬ - ЗИМА
ДЕНЬ № 9 (7-11 лет)**

№ реч.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК 2															
518	Сок	200	1,00	0,20	0,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80	1-00
579	Коржик молочный	100	6,80	12,20	65,50	398,30	0,08	0,00	0,10	1,00	25,00	61,70	10,00	0,83	16-00
	Итого:	300	7,80	12,40	65,70	490,30	0,10	4,00	0,10	1,00	39,00	61,70	10,00	3,63	24-00
ОБЕД															
131	Свекольник	200	1,74	3,56	9,60	77,60	0,05	7,34	0,03	0,20	30,20	55,40	24,80	1,22	12-63
381	Котлета из говядины	90	16,00	15,80	12,90	257,40	0,81	0,00	0,40	5,00	35,10	167,00	23,40	2,50	24-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	0,14	5,10	0,05	0,15	39,00	85,50	28,50	1,05	13-00
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00	0,01	0,50	0,00	0,00	28,00	19,00	7,00	1,50	7-00
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	1-00
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
	Итого:	730	27,83	26,84	104,00	770,10	1,14	12,94	0,48	6,46	156,30	422,60	109,50	8,43	60-63