



МЕНЮ НА ПЕРИОД ОСЕНЬ - ЗИМА
 ДЕНЬ № 2 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК 2															
503	Кисель из концентрата ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,10	6,00
564	Булочка домашняя	100	7,50	13,00	60,33	388,30	0,10	0,00	0,08	1,20	15,00	58,30	10,00	0,80	13,00
	Итого:	300	8,90	13,00	89,33	510,30	0,10	0,00	0,08	1,20	16,00	58,30	10,00	0,90	19,00
ОБЕД															
144	Суп картофельный с бобовыми	200	1,84	3,40	12,10	86,40	0,16	6,94	0,03	0,18	15,20	52,60	20,40	0,74	14,00
381	Шницель 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
255	Каша ячневая	150	4,80	8,55	26,81	203,30	0,09	1,06	0,06	0,57	125,20	188,00	28,00	0,69	14,65
509	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,01	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	9,00
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	4,00
	Итого:	730	29,38	28,83	115,06	837,20	1,20	11,30	0,49	6,96	210,50	510,30	102,60	7,29	63,65