Меню

дата 13.11.2026

Возрастная категория **12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
День 7	**ЗАВТРАК**						
	Бутерброды с повидлом	80	2,50	8,40	39,80	241,00	816
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	260	7,20	10,00	50,10	321,00	500
	Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	58,0	411
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	5,08	0,80	22,16	120,60	б/н
итого	**ЗА ЗАВТРАК**	**635**	**18,3**	**19,8**	**146,26**	**849,2**	
	ОБЕД						
	Икра овощная	100	1,83	7,17	9,33	108,33	705
	Суп-лапша домашняя	250	2,80	5,80	13,90	120,00	109
	Зразы "Верх-Исетские"+ Соус сметанный	120	26,59	19,97	8,00	318,33	217/600
	Рис светофор	180	4,50	7,38	46,26	273,60	301
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	419
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	5,08	0,80	22,16	120,60	б/н
итого	**ЗА ОБЕД**	**930**	**44,22**	**41,72**	**143,05**	**1142,46**	
	ПОЛДНИК						
	Мучные кондитерские изделия	30	3,28	2,93	39,85	164,30	ПР
	Сок (порционно)	200	6,25	14,09	2,29	42,00	б/н
	Фрукты свежие	155	0,62	0,00	14,88	62,00	б/н
итого	**ЗА ПОЛДНИК**	**385**	**10,15**	**17,02**	**57,02**	**268,3**	
	УЖИН						
итого	**ЗА УЖИН**	**0**	**0,**	**0,**	**0,**	**0,**	
	2 УЖИН						
итого	**ЗА 2 УЖИН**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	
итого	**ЗА ДЕНЬ**	**1950**	**72,67**	**78,54**	**346,33**	**2259,96**	
	ИТОГО за 7 дней	**18619**	**745**	**827**	**3108**	**21972**	
	в среднем за 1 неделю на 1 ребёнка	**2660**	**106,49**	**118,21**	**444,04**	**3138,84**	

Согл: директор

Согл: повар

Меню

дата 13.11.2026

7-11 лет

Прием пищи	Возрастная категория	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№
День 7	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы		рецептуры
	ЗАВТРАК						
	Бутерброды с повидлом	80	2,50	8,40	39,80	241,00	816
	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	260	7,20	10,00	50,10	321,00	500
	Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0,0	15,0	58,0	411
	Хлеб ржаной витаминизированный	40	3,32	0,60	19,20	108,60	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	5,08	0,80	22,16	120,60	б/н
итого	**ЗА ЗАВТРАК**	**635**	**18,3**	**19,8**	**146,26**	**849,2**	
	ОБЕД						
	Икра овощная	60	1,1	4,3	5,6	65	705
	Суп-лапша домашняя	200	2,07	4,30	10,30	88,89	109
	Зразы "Верх-Исетские"+ Соус сметанный	120	26,59	19,97	8,00	318,33	217/600
	Рис светофор	150	3,75	6,15	68,55	228,00	301
	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	419
	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,66	0,30	9,60	54,30	б/н
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2,54	0,40	11,08	60,30	б/н
итого	**ЗА ОБЕД**	**770**	**37,81**	**35,42**	**137,33**	**907,82**	
	ПОЛДНИК						
	Мучные кондитерские изделия	30	3,28	2,93	39,85	164,30	б/н
	Сок (порционно)	200	6,25	14,09	2,29	42,00	б/н
	Фрукты свежие	100	0,40	0,00	9,60	40,00	б/н
итого	**ЗА ПОЛДНИК**	**330**	**9,93**	**17,02**	**51,74**	**246,30**	
	УЖИН						
итого	**ЗА УЖИН**	**0**	**0,**	**0,**	**0,**	**0,**	
	2 УЖИН						
	ЗА 2 УЖИН	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	
итого	**ЗА ДЕНЬ**	**1735**	**66,04**	**72,24**	**335,33**	**2003,32**	
	ИТОГО за 7 дней	**14271**	**486,19**	**561,91**	**2088,57**	**14578,83**	
	в среднем за 1 неделю на 1 ребёнка	**2039**	**69,46**	**80,27**	**298,37**	**2082,69**	

Согл: директор

Согл: повар