

## Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>22 апреля 2024 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
10-50	Сыр полутвердый	15	3.48	4.43		54.6
15-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
33-52	Каша вязкая молочная из гречневой крупы (200/5/5)	210	8.61	7.61	41.54	269.54
3-60	Чай с сахаром, лимоном (200/11)	200	0.26	0.03	11.26	47.79
36-38	Яблоко	160	0,4	0,3	10.0	47.0
8-00	Батон	40	3.16	0,4	19.32	94
<b>114-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>21.07</b>	<b>24.72</b>	<b>82.33</b>	<b>641.83</b>
	<b>Обед</b>					
39-31	Салат из цв.капусты,пом.зелени	60	1	5.08	2.2	59.53
30-05	Борщ с фасолью,говяд ,сметаной (200/10/10)	200/20	5.45	9.28	13.20	154.50
52-46	Куриное филе в сырном соусе	90	16.14	13.43	0.72	186.71
5-42	Макароны отварные	150	5.83	0.69	37.37	179.14
10-00	Компот из вишни	200	0.16	0,04	13.1	54.29
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47
36-26	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
<b>176-50</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>890</b>	<b>33.86</b>	<b>29.62</b>	<b>106.37</b>	<b>827.17</b>
	<b>Полдник</b>					
41-69	Пудинг творожный	75	12.89	9.43	12.3	188.27
45-00	Ацидофилин	200	5.8	5	8.2	106.0
32-81	Киви	100	0.6	0.6	15.4	72.0
<b>119-50</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>375</b>	<b>19.29</b>	<b>15.03</b>	<b>35.9</b>	<b>366.27</b>
	<b>Директор столовой Чиботэрикэ</b>					
	<b>Калькулятор Бобкина Э.Ю.</b>					



