



ООО "КУЛИНАР" Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Меню приготавливаемых блюд

Рацион школьники 7-11 лет

Неделя: 2

День: четверг

28.04.20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	200	6	10	39	279	175
	Масло сливочное	10		8		71	7
	Чай с молоком	200	2	1	17	88	302
	Вафли	30	1	9	19	163	
	хлеб пшеничный	30	2	1	16	80	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
	Итого за Завтрак		500	13	29	104	744
Итого сумма 68-13							
Обед	Огурцы консервированные без уксуса	30			1	4	12
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	6	5	16	129	102
	Тефтели мясные с рисом паровые собственного производства с соусом	60/30	8	8	7	131	418
	Капуста тушеная	60	3	1	12	69	321
	Пюре картофельное	60	1	3	9	66	167
	Напиток из Смородины	200			27	111	342
	хлеб пшеничный	100	8	3	53	268	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
	Итого за Обед		770	28	20	138	841
Итого сумма 102-22							
Полдник	Булочка домашняя	60	6	13	41	306	424
	Йогурт питьевой	200	5	3	4	63	386
Итого за Полдник		260	11	16	45	369	
Итого сумма 51-11							
Итого за день		1 530	52	65	287	1954	

Зав. Производством