



7-11 лет
Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 4

"13" *декабрь* 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ (Кукуруза консервированная, Яйцо, Молоко, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	150	11,29	11,48	22	236,48
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
Итого за Завтрак	525	18,12	19,73	73,35	543,85
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	200	5,6	7,2	6,4	112,8
ФРИКАСЕ ИЗ КУРИЦЫ (ФИЛЕ цып.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	90	9,99	9,63	8,46	160,47
РИС ОТВАРНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	150	3,7	4,8	36,5	203,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	790	25,34	23,71	111,83	761,9
Итого за день	1 315	43,46	43,44	185,18	1305,75

Зав. производством _____