



Возрастная категория ОБЗ с 7 до 11 лет.

| Продукты       | № рецепту-ры | Наименование блюда                                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетиче-ская ценность | Стоимость (руб.) |
|----------------|--------------|------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------------------|------------------|
|                |              |                                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                          |                  |
| Полдник/вечер  |              | Второе/Сред                                                |           |                  |       |          |                          |                  |
|                | 196          | Каши овсяная "Дружба"                                      | 210       | 6,5              | 12,3  | 35,1     | 278                      |                  |
|                | № 1          | Бутерброд с маслом                                         | 40        | 2,45             | 7,55  | 14,62    | 136                      |                  |
|                | 692          | Кефирный напиток                                           | 200       | 2,9              | 3,8   | 14,9     | 94                       |                  |
| Итого за Вечер |              |                                                            | 450       | 11,85            | 22,85 | 64,62    | 508                      |                  |
| Обед           |              |                                                            |           |                  |       |          |                          |                  |
|                | 148          | Суп-завтрак домашний                                       | 250       | 2,6              | 4,3   | 11,6     | 96                       |                  |
|                | таб. 32      | Помидоры свежие                                            | 60        | 0                | 0     | 2        | 10                       |                  |
|                | 19           | Филе куриное тушеное с овощами                             | 90        | 20               | 26    | 3        | 333                      |                  |
|                | 138          | Картофельное пюре                                          | 150       | 3,3              | 4,9   | 20       | 139                      |                  |
|                | 603          | Напиток витаминизированный (Питоника: Какао)               | 200       | 4                | 4     | 22       | 136                      |                  |
|                | 3            | Хлеб пшеничный, расстой обогатенный (для детского питания) | 60        | 5                | 0,72  | 21       | 114                      |                  |
|                | ***          | Воздух детской питьевой витаминизированный (ОСТР)          | 100       | 3                | 3     | 5        | 60                       |                  |
|                | ***          | Фрукт                                                      | 180       | 3                | 0     | 18       | 85                       |                  |
| Итого за Обед  |              |                                                            | 1090      | 37,7             | 42,92 | 86,6     | 887                      | 193,91           |

Технолог общественного питания, *А.В. Б. Н. Жонкина*

