



Утверждаю
Старостина С. В./

22 декабря года

На 7-10 лет

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
Завтрак														
37	Каша молочная манная с маслом	250	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16	
389	Фрукты свежие - яблоко	250	1		20,2	84,8	14	14	8	2,8	0,02	4		0,2
	Компот из свежих фруктов	200	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Икра кабачковая консервированная	100	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	ИТОГО:		10,52	9,95	94,67	471,44	221,98	230,08	68,22	2,23	0,247	7,33	30,6	3,05
Стоимость- 108,72руб														
Обед														
15	Салат овощной	100	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
201	Борщ с мясом говядины	250/20	1,8	4,92	10,93	100,99	49,73	26,1	49,97	1,2	0,05	10,68	0,03	
312	Пюре гороховое	150	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16	
260	Тефтели мясные	100	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8
868	Компот из свежих фруктов	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Хлеб пшеничный 1 сорта	30	74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,6
	ИТОГО:		17,11	23,76	114,82	593,5	120,48	47,3	274,87	3,52	0,247	2319	303,05	7
	ИТОГО:		69,62 руб											

ответственная за питание  / Лушкина Е. Р./

На 11-17 лет



Утверждаю
/Старостина С. В./

[illegible]

ответственная за питание _____ / Лушкина Е. Р/