

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ГОСУДАРСТВЕННОГО КАЗЕННОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ВОСПИТАННИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ «ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 5» Рацион питания (меню) для детей от 7 до 11 лет «Горячий завтрак»

ПРИМЕРНОЕ 10- ДНЕВНОЕ МЕНРацион питания детей от 7- 11 лет "Горячий завтрак"

	о- дпевное ментацион питания д а-интернат № 5 <u>"</u>	geren or 7- 11 her	г торичий завтр	Jak	Прило	жение 8 к СанПи	H 2.3/2.4.3590-20
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые веществ	sa .	Энерге-	Nº
	Паименование олюда	рес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак							
	Каша ячневая жидкая молочная	150	5	9	27	210	182,09
	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень)	30	8	8		105	15,01
	Чай с сахаром_ (Лето-Осень)	200			12	48	376,05
	Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень)	40	3		19	94	
	Яблоки_ (Лето-Осень)	200			20	94	338,02
	Соус клубничный_ (Лето-Осень)	60			5	22	334,04
Итого за Завтра	ак	680	16	17	83	573	
Итого за день		680	16	17	83	573	
D	F		4				(лист 2)
Рацион: Рацио	н на Горячий завтрак 7-11 Г	Неделя:		П		вторник	No
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Пищевые веществ Жиры	за Углеводы	Энерге- тическая	№ рецептуры
Завтрак	<u> </u>		Detikn	жиры	Уплеводы	ТИЧССКАЯ	рецентуры
	Омлет натуральный (Лето-	200	18	21	3	302	210,01
	Горошек конс(порционно) (Лето-	60	3		5	33	
	Чай с молоком (Лето-Осень)	200	1	2	14	76	378,01
	Хлеб пшеничный (Лето-Осень)	40	3		19	94	370,01
				4			220.02
14	Бананы_ (Лето-Осень)	200	3	1	42	192	338,03
Итого за Завтра	ак	700	28	24	83	697	ļ
Итого за день		700	28	24	83	697	,
Рашион: Рашио	н на Горячий завтрак 7-11	Неделя:	1		Понь	среда	(лист 3)
і ациоп. ґацио	п па горячий завтрак /-ТТ	педеля:		Пищевые веществ		Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда				'	
Завтрак			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак	Kawa was was was was a same a	150	6	6	20	207	101.01
1	Каша манная жидкая молочная с	150	6	6	32	207	181,01
	Соус смородиновый_ (Лето-	60			5	22	334,05
	Кофейный напиток с молоком_	200	4	4	6	76	379,01
	Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень)	40	3		19	94	
	Яблоки_ (Лето-Осень)	200			20	94	338,02
	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень)	30	8	8		105	15,01
Итого за Завтра	ак	680	21	18	82	598	
Итого за день		680	21	18	82	598	
							(лист 4)
Рацион: Рацио	н на Горячий завтрак 7-11	Неделя:				четверг	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые веществ	a	Энерге-	Nº
търмом пищи	палиопованию олюда	Вос олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак				-			
	Каша пшенная жидкая молочная	150	5	10	27	215	182,05
	Соус клубничный_ (Лето-Осень)	60			5	22	334,04
	Какао с молоком (Лето-Осень)	200	3	3	21	126	382,01
	Хлеб пшеничный (Лето-Осень)	30	2		14	71	ŕ
	Бананы (Лето-Осень)	200	3	1	42	192	338,03
	Масло сливочное(порционно)_	10	1	8	· -	83	14,01
Итого за Завтра		650	14	22	109	709	17,01
Итого за завтра Итого за день	un.	650	14	22	109	709	
тиото за депь		000	17		103	100	(лист 5)
Рацион: Рацио	н на Горячий завтрак 7-11	Неделя:	1		День:	пятница	(2.2.01 0)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые веществ		Энерге-	Nº
' '	тими от	5540	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак	1	450		1 ^	22		00464
	Макароны отварные с сыром_	150	11	9	38	277	204,01
	Яйцо вареное_ (Лето-Осень)	40	8	7		94	209,01
	Чай с молоком_ (Лето-Осень)	200	1	2	14	76	378,01
	Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень)	30	2		14	71	
	Яблоки_ (Лето-Осень)	200			20	94	338,02
Итого за Завтра	ак	620	22	18	86	612	
Итого за день		620	22	18	86	612	
• •		•		•		•	(лист 6)
	н на Горячий завтрак 7-11	Неделя:				понедельник	
Рацион: Рацио				Пищевые веществ		Энерге-	Nº
		Вес блюда		пищевые веществ	<u> </u>	Onopio	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Прием пищи			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда Каша пшеничная жидкая	150			Углеводы 28	тическая 204	рецептуры 182,03
	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда Каша пшеничная жидкая	150	Белки	Жиры	Углеводы 28	тическая 204	рецептуры 182,03

	Хлеб пшеничный (Лето-Осень)	40	3		19	94	
	Бананы_ (Лето-Осень)	200	3	1	42	192	338,03
	Сыр (порциями) (Лето-Осень)	30	8	8		105	15,01
Итого за Завтр	ак	680	25	21	100	693	
Итого за день		680	25	21	100	693	
Da	Fananii X		•				(лист
Рацион: Рацио	н на Горячий завтрак 7-11 Г	Неделя: 2		Пищевые вещест		вторник Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы <u> </u>	тическая	рецептуры
Завтрак							
'	Каша ячневая жидкая молочная	150	5	9	27	210	182,09
	Соус клубничный_ (Лето-Осень)	60			5	22	334,04
	Какао с молоком_ (Лето-Осень)	200	3	3	21	126	382,01
	Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень)	30	2		14	71	
	Бананы_ (Лето-Осень)	200	3	1	42	192	338,03
	Яйцо вареное_ (Лето-Осень)	40	8	7		94	209,01
Итого за Завтрак		680	21	20	109	715	
Итого за день		680	21	20	109	715	
Davisson Daviss	Fanguuš aan-nau 7 11	Uerer: 0	•		Па		(лист 8
Рацион: Рацион на Горячий завтрак 7-11		Неделя: 2		Пищевые вещест	: среда Энерге- №		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	углеводы Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак			Белки	жиры	утлеводы	тическая	рецептуры
Завтрак	Value operation warrant working	150	6	9	25	228	182,01
	Каша овсяная жидкая молочная	60	0	9	5	22	334,05
	Соус смородиновый_ (Лето-				12	48	376.05
	Чай с сахаром_ (Лето-Осень)	200 40	3		19	94	376,05
	Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень)	40	<u> </u>		19	94	
	(0,	000			00	0.4	000.00
	Яблоки_ (Лето-Осень)	200	0	0	20	94	338,02
14	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень)	30	8	8		105	338,02 15,01
	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень)	30 680	17	17	81	105 591	
	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень)	30				105	15,01
Итого за день	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень) ак	30 680	17 17	17	81 81	105 591 591	
Итого за день Рацион: Рацио	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11	30 680 680 Hеделя: 2	17 17	17	81 81 День :	105 591	15,01
Итого за день	Сыр (порциями)_ (Лето-Осень) ак	30 680 680	17 17	17 17	81 81 День :	105 591 591 четверг	15,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11	30 680 680 Hеделя: 2	17 17	17 17 Пищевые вещест	81 81 День : ва	105 591 591 четверг Энерге-	15,01 (лист
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11	30 680 680 Hеделя: 2	17 17	17 17 Пищевые вещест	81 81 День : ва	105 591 591 четверг Энерге-	15,01 (лист
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда	17 17 2 Велки	17 17 Пищевые вещест Жиры	81 81 День: ва Углеводы	105 591 591 четверг Энерге- тическая	15,01 (лист № рецептуры
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда	17 17 2 Белки	17 17 Пищевые вещест Жиры	81 81 День: ва Углеводы	105 591 591 четверг Энерге- тическая	15,01 (лист № рецептуры
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда —	17 17 2 Белки 18 3	17 17 Пищевые вещест Жиры	81 81 День: ва Углеводы 3	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33	15,01 (лист № рецептуры 210,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень)	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200	17 17 2 Белки 18 3 3	17 17 Пищевые вещест Жиры	81 81 День: ва Углеводы 3 5	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126	15,01 (лист № рецептуры 210,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень)	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30	17 17 2 Белки 18 3 3 2	17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3	81 81 День: ва Углеводы 3 5 21	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень)	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200	17 17 2 Белки 18 3 3 2 3	17 17 Пищевые вещест Жиры 21	81 81 День: ва Углеводы 3 5 21 14 42	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71	15,01 (лист 9 № рецептуры 210,01 382,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный_ (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком_ (Лето-Осень) Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень) Бананы_ (Лето-Осень) ак	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690	17 17 17 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25	81 81 День: ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист 9 № рецептуры 210,01 382,01 338,03
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень)	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690	17 17 17 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25	81 81 День: ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист 9 № рецептуры 210,01 382,01 338,03
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный_ (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком_ (Лето-Осень) Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень) Бананы_ (Лето-Осень) ак	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25	81 81 День: ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист 9 № рецептуры 210,01 382,01 338,03
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690	17 17 17 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25	81 81 Иень: Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11	30 680 680 Неделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25	81 81 Иень: Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85	105 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный_ (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком_ (Лето-Осень) Хлеб пшеничный_ (Лето-Осень) Бананы_ (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690 Неделя: 2	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 Пищевые вещест Жиры	81 81 Иень: ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85	105 591 591 4етверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690 690 Hеделя: 2 Вес блюда —	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 Пищевые вещест Жиры	81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85	105 591 591 4етверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690 690 Hеделя: 2 Вес блюда —	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 25 Пищевые вещест Жиры	81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85	105 591 591 4етверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 ПЯТНИЦА Энерге- тическая	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Бананы (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень) Чай с молоком (Лето-Осень)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690 690 Hеделя: 2 Вес блюда —	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29 4 1	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 25 Пищевые вещест Жиры	81 81 81 Идень: ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85 7/2000000000000000000000000000000000000	105 591 591 4етверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 пятница Энерге- тическая	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень) Чай с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Яблоки (Лето-Осень)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда — 200 60 200 30 200 690 690 690 Hеделя: 2 Вес блюда —	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29 4 1	17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 25 Пищевые вещест Жиры	81 81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85 Углеводы 25 5 14 19	105 591 591 4етверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 Пятница Энерге- тическая 224 22 76	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03 378,01
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень) Чай с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Яблоки (Лето-Осень) Масло сливочное(порционно)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690 690 Неделя: 2 Вес блюда 150 60 200 40 200	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29 4 1 1 3	17 17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 25 Пищевые вещест Жиры 9 2	81 81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85 Углеводы 25 5 14 19	105 591 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 ПЯТНИЦА Энерге- тическая 224 22 76 94 94 83	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03 378,01 338,02
Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио Прием пищи Завтрак	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень) Чай с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Яблоки (Лето-Осень) Масло сливочное(порционно)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690 690 Неделя: 2 Вес блюда 150 60 200 40 200 10 660	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29 4 1 3	17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 1	81 81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85 25 14 14 19 20	105 591 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 ПЯТНИЦА Энерге- тическая 224 22 76 94 94 83 593	15,01 (лист № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03 378,01 338,02
Прием пищи Завтрак Итого за Завтр Итого за день Рацион: Рацио	Сыр (порциями) (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Омлет натуральный (Лето-Горошек конс(порционно) (Лето-Какао с молоком (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) ак н на Горячий завтрак 7-11 Наименование блюда Каша рисовая жидкая молочная Соус вишневый (Лето-Осень) Чай с молоком (Лето-Осень) Улеб пшеничный (Лето-Осень) Хлеб пшеничный (Лето-Осень) Яблоки (Лето-Осень) Масло сливочное(порционно)	30 680 680 Hеделя: 2 Вес блюда 200 60 200 30 200 690 690 690 Неделя: 2 Вес блюда 150 60 200 40 200	17 17 17 2 Велки 18 3 3 2 3 29 29 29 29 29 29 4 1 3	17 17 17 17 Пищевые вещест Жиры 21 3 1 25 25 25 Пищевые вещест Жиры 9 2	81 81 81 Ва Углеводы 3 5 21 14 42 85 85 85 85 Углеводы 25 5 14 19	105 591 591 591 четверг Энерге- тическая 302 33 126 71 192 724 724 724 ПЯТНИЦА Энерге- тическая 224 22 76 94 94 83	15,01 (лист 1 № рецептуры 210,01 382,01 338,03 (лист 1 № рецептуры 182,07 334,03 378,01 338,02