



### Меню для детей 7-11 лет

Цена	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>17 марта 2025 г.</b>					
	<b>Завтрак</b>					
9-00	Масло сливочное	10	0.08	7.25	0.13	66.1
13-00	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
15-00	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	62.8
53-20	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным с ягодами	200/10/10	7.3	10.7	44.2	302.3
4-80	Чай с сахаром, лимоном	200	0,2	0,1	6.6	27.9
40-00	Яблоко	100	0,5	0,5	12.7	57.7
8-00	Батон	30	2	0,4	11,9	58,7
<b>143-00</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>625</b>	<b>20.39</b>	<b>25.77</b>	<b>82.17</b>	<b>648.63</b>
	<b>Обед</b>					
29-00	Винегрет с сельдью	60	3.32	6.65	3.8	88-66
36-43	Суп овощной с курицей, сметаной	200/10/15	3.42	8.25	8.84	123.94
80-00	Бефстроганов из говядины	90	14.01	14.06	5.25	204.01
7-10	Каша гречневая рассыпчатая	150	6.96	4.72	31.46	195.84
8-00	Компот из сухофруктов	200	0.37	0,02	21.01	86,9
2-00	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	19.82	99.0
1-00	Хлеб пшеничный	20	1.58	0.2	9.66	47
36-47	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
<b>200-00</b>	<b>Итого за Обед</b>	<b>895</b>	<b>33.36</b>	<b>34.8</b>	<b>110.14</b>	<b>892.35</b>
	<b>Полдник</b>					
56-00	Блинчик с молоком сгущенным	100	8.41	9.29	41.03	281.94
55-00	Ряженка	200	6	5	8.4	102.0
39-00	Груша	100	0.4	0.3	10.3	47.0
<b>150-00</b>	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>14.81</b>	<b>14.59</b>	<b>59.73</b>	<b>430.94</b>
	Директор столовой Чиботэрико					
	Калькулятор Бобкина Э.Ю.					

