

## меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
30	<b>Огурец св с маслом растит. зеленью</b> <small>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-20, Ж-3, У-1	5-63
60	<b>Биточки куриные</b> <small>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-187, Б-9, Ж-7, У-11	19-63
150	<b>Макароньы отварные (регатоны)</b> <small>макароньы (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</small>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	10-25
200	<b>Кофейный напиток (цикорий)</b> <small>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-25	7-85
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
36	<b>Вафли детские</b>	ККАЛ-122, Б-6, Ж-7, У-35	16-20
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-781, Б-28, Ж-29, У-134	66-46
<b>обед</b>			
60	<b>Помидор свежий порционный</b> <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-13, Б-1, У-2	17-44
200	<b>Суп гороховый</b> <small>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло сливочное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-220, Б-4, Ж-7, У-17	14-56
150	<b>Гарнир гречка с морковью</b> <small>гречка, морковь св, масло сливочное, лук репка, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-5, Ж-8, У-25	11-48
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <small>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-85, У-21	4-66
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	5-03
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
90	<b>Ежики мясные</b> <small>свинина п/ф, лук репка, яйцо, рис, масло сливочное, мука в/с, соль йодированная</small>	ККАЛ-260, Б-15, Ж-16, У-30	29-36
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-909, Б-32, Ж-31, У-135	84-83
<b>полдник</b>			
200	<b>Молоко свежее пастер.</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-98
128	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-57, Б-1, Ж-1, У-13	20-48
100	<b>Нирожное песочное с фр.нач</b>	ККАЛ-435, Б-5, Ж-19, У-63	41-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-599, Б-12, Ж-25, У-81	75-46
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2289, Б-72, Ж-85, У-350	226-75



Фельдшер  
Олефирева А.В.

**меню площадки (12 лет и старше)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
50	<b>Огурец св с маслом растит. зеленью</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-33, Ж-5, У-1	9-39
70	<b>Биточки куриные</b> <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное, молоко сухое 25%, масло растительное, соль йодированная</i>	ККАЛ-218, Б-11, Ж-8, У-13	22-90
150	<b>Макароньы отварные (регатоны)</b> <i>макароньы (регатоны), масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-168, Б-5, Ж-8, У-32	10-25
200	<b>Кофейный напиток (цикорий)</b> <i>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</i>	ККАЛ-129, Б-3, Ж-3, У-25	7-85
56	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-44
40	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-761, Б-26, Ж-26, У-112	<b>59-89</b>
<b>обед</b>			
100	<b>Помидор свежий порционный</b> <i>помидоры св, масло растительное</i>	ККАЛ-21, Б-1, У-4	29-07
250	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель св, горох сухой, морковь св, лук репка, масло сливочное, сметана 15%, соль йодированная, зелень сухая (укроп, петрушка), лавровый лист</i>	ККАЛ-275, Б-5, Ж-9, У-21	18-21
100	<b>Гуляш мясной</b> <i>свинина п/ф, лук репка, томат-паста, масло сливочное, мука в/с, соль йодированная</i>	ККАЛ-235, Б-15, Ж-14, У-12	34-38
180	<b>Гарнир гречка с морковью</b> <i>гречка, морковь св, масло сливочное, лук репка, соль йодированная</i>	ККАЛ-167, Б-6, Ж-10, У-30	13-78
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>сухофрукты, сахар-песок, лимонная кислота</i>	ККАЛ-85, У-21	4-66
76	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
50	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-1 047, Б-36, Ж-35, У-142	<b>110-31</b>
<b>полдник</b>			
200	<b>Молоко свежее пастер.</b>	ККАЛ-107, Б-6, Ж-5, У-5	13-98
128	<b>Яблоки свежие</b>	ККАЛ-57, Б-1, Ж-1, У-13	20-48
50	<b>Булочка молочная подовая</b>	ККАЛ-85, Б-1, Ж-2, У-22	12-80
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-249, Б-8, Ж-8, У-40	<b>47-26</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-2 057, Б-70, Ж-69, У-294	<b>217-46</b>



ИП Лоскутова



Фельдшер

*Алистреева А.В.*  
*А*