

меню площадки (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
150	Каша дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-4, У-23	12-10
90	Омлет с сыром <small>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-342, Б-16, Ж-23, У-19	24-16
200	Чай витаминный <small>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</small>	ККАЛ-92, У-22	4-91
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	4-60
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за завтрак		ККАЛ-746, Б-26, Ж-28, У-94	48-07
обед			
60	Огурец свежий порц. <small>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</small>	ККАЛ-8, У-2	11-32
250	Рассольник домашний со сметаной <small>картофель св, капуста белокочанная свежая, огурцы консервированные, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-169, Б-7, Ж-10, У-8	23-84
100	Котлета из филе птицы рубленая <small>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	29-75
150	Гарнир Рис отварной <small>рис о/п, масло сливочное, соль йодированная</small>	ККАЛ-181, Б-2, Ж-6, У-31	12-50
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
55	Хлеб пшеничный	ККАЛ-129, Б-4, У-27	4-61
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	2-30
Итого за обед		ККАЛ-904, Б-30, Ж-33, У-120	101-47
полдник			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
148	Апельсин свежий	ККАЛ-70, Б-1, У-17	22-94
75	Кекс творожный "Детский"	ККАЛ-300, Б-10, Ж-11, У-40	36-00
Итого за полдник		ККАЛ-528, Б-16, Ж-16, У-79	80-42
Итого за день		ККАЛ-2 178, Б-72, Ж-77, У-293	229-96



ИП Лоскутова
О.П.



Фельдшер

Дмитриева А.В.
А

меню площадки (12 лет и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша дружба молочная с маслом <i>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-210, Б-6, Ж-6, У-31	16-13
70	Омлет с сыром <i>яйцо, сыр твердый, масло сливочное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-266, Б-13, Ж-18, У-15	18-79
200	Чай витаминный <i>сахар-песок, шиповник, чай байховый, лимон свежий</i>	ККАЛ-92, У-22	4-91
56	Батон белый	ККАЛ-145, Б-4, Ж-2, У-28	6-44
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	3-06
Итого за завтрак		ККАЛ-781, Б-26, Ж-26, У-109	49-33
обед			
100	Огурец свежий порц. <i>огурцы св, зелень свежая (укроп, петрушка), чеснок св, соль</i>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	18-87
250	Рассольник домашний со сметаной <i>картофель св, капуста белокочанная свежая, огурцы консервированные, морковь св, лук репка, сметана 15%, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-169, Б-7, Ж-10, У-8	23-84
100	Котлета из филе птицы рубленая <i>куры грудка, хлеб белый нарезной, сухари панирова., масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-256, Б-15, Ж-16, У-15	29-75
200	Гарнир Рис отварной <i>рис а/л, масло сливочное, соль йодированная</i>	ККАЛ-241, Б-2, Ж-8, У-41	16-67
200	Сок яблочный	ККАЛ-110, Ж-1, У-27	17-15
76	Хлеб пшеничный	ККАЛ-179, Б-6, Ж-1, У-37	6-38
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	3-83
Итого за обед		ККАЛ-1 054, Б-34, Ж-37, У-148	116-49
полдник			
200	Снежок	ККАЛ-158, Б-5, Ж-5, У-22	21-48
148	Апельсин свежий	ККАЛ-70, Б-1, У-17	22-94
36	Вафли детские	ККАЛ-122, Б-6, Ж-7, У-35	16-20
Итого за полдник		ККАЛ-350, Б-12, Ж-12, У-74	60-62
Итого за день		ККАЛ-2 185, Б-72, Ж-75, У-331	226-44

ИП Лоскутова
О.П.

Фельдшер

Оммушева А.В.
Р