

Утверждаю: Директор МБОУ
«Избердеевская НШДС»
Е.Н. Припадчева

МЕНЮ : на 10.07.2025г ЛДП

Возрастная категория : от 7 – 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10							
Завтрак:							
	Отварные макароны с маслом сыром	150	27,8	12,5	148,5	198,25	409
	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	56,10	943
	Батон	30	3,24	12,71	11,59	226,20	41
	Яблоко	100	0,2	0	10,10	42	
Итого за завтрак:		530	31,24	25,21	185,16	522,55	
Обед: 13.00 – 14.00	Суп гороховый	200	8,54	9,01	21,80	144,43	206
	Мясная котлета (курица, говядина)	90	19,37	12,24	6,46	229,21	608
	Отварная гречка с маслом	150	7,56	3,56	40,80	295,60	679
	Салат из свежих овощей	60	2,60	8,10	12,60	92,80	58
	Компот	200	0,2	0,2	22,30	110,0	859
	Хлеб	40	4,24	0,52	29,28	131,60	
Итого за обед:		740	42,51	33,63	133,24	1003,64	
Итого за день:			73,75	58,84	318,40	1526,19	