

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

МЕНЮ : на 12.07.2025г ЛДП

Возрастная категория : от 7 – 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 12							
Завтрак:	Вермишель молочная с маслом, сахаром	200	15,43	17,56	28,54	297,10	258
	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	18,87	30,27	65,20	621,4	
Обед: 13.00 – 14.00	Щи из свежей капусты	200	2,28	5,3 0	13,40	118,60	202
	Мясной гуляш (курица, говядина)	90	23,96	20,12	32,18	332,55	274
	Отварной рис с маслом	150	4,23	5,49	46,43	247,51	31
	Салат из свежих огурцов	60	0,36	5,04	1,50	51,80	190
	Сок	200	0,80	0	23,40	100	
	Хлеб	40	4,24	0,52	29,28	131,60	
	Вафли	30	0,88	9,94	18,53	162,60	
Итого за обед:		770	36,75	46,41	164,72	1144,66	
Итого за день			55,42	76,68	219,82	1724,06	