



УТВЕРЖДАЮ

И. В. Косухин С. В.

И. В. Косухин С. В.



**Льготный завтрак 7-11 лет
с 10 по 14 марта 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
2 нед .	266 п *	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидк	200	6,27	8,9	24,32	228,4	
6 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	16,95	16,92	67,34	561,37	
Вторник								
2 нед .	182 т *	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	14,6	14,9	27,7	408,5	
7 день	640 п *	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	17,9	299	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			500	17,04	16,86	68,21	802,98	
Среда								
2 нед .	297 п *	Макароны, запеченные с яйцом	200	10,01	4,9	11,2	264	
8 день	94 п *	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	25,78	205,8	
Завтрак	495 п *	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	16,99	17,22	67,7	619,77	
Четверг								
2 нед .								
9 день	121 т *	Суп молочный с гречневой крупой	200	9,6	13,01	10,97	190,8	
Завтрак	570 п *	Сдоба обыкновенная	75	6,4	3,5	34,12	233,75	
	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			500	16,94	17,17	67,5	519,03	
Пятница								
2 нед .								
10 день	267 п *	Каша, пшённая молочная жидкая	200	6,8	9,4	26,7	228,8	
Завтрак	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	17,48	17,42	69,92	562,77	
Итого за неделю:			2530	85,4	85,59	340,67	3065,92	0,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.