



**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

Исполнитель: *Ирина Васильевна*
 Подпись: _____
 2024 г.



3 день, 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
АДАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,1	4,9	52,6	47	2017
АРТОФЕЛЬНОЕ ПРОЕ	150	3,1	4,0	20,9	136,3	128	2017
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,6	11,7	25,1	237,3	229	2017
ОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	7,0	27,9	349	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ПП	2023
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	ПП	2023
Итого за прием пищи:	530	19,4	19,1	77,8	547,4		
Обед							
ДИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,5	7,3	4,6	71,4	ПП	2022
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	1,4	4,1	8,0	74,5	98	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	186,0	323	2008
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	12,5	10,5	2,7	205,1	290	2017
СОК ФРУКТОВЫЙ /ВИНОГРАДНЫЙ	200	0,6	0,4	31,6	135,8	389	2017
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ /ЯБЛОКО/	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,1	94,7	ПП	2023
Итого за прием пищи:	840	23,1	27,6	114,5	814,5		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	7,3	9,0	18,6	210,2	ТТК 72	2023
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,4	14,4	93,2	ПП	2023
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ПП	2023
Итого за прием пищи:	350	11,7	11,5	43,0	350,8		
Всего за день:		54,1	58,2	235,3	1 712,7		