



**МЕНЮ**

**" 18" сентября 2024 г.**

*возрастных категорий 7-11 лет/12 лет и старше*

Прием пищи	Наименование блюда	Возрастная категория	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Неделя 1 День 3</b>							
завтрак	Перец сладкий	все категории	100	1,3	0,1	5	26
	Говядина, запеченная с макаронами и сыром	7-11 лет	160	13,5	15,5	14,4	252
		12 лет и старше	200	16,8	19,4	18	314
	Кофейный напиток с молоком	все категории	200	3,1	3	14,3	95
	Хлеб пшеничный "Йодовый"	все категории	50	4,0	0,5	23,0	112,5
		7-11 лет	30	2	0,36	15,87	74,7
	Хлеб ржаной-пшеничный "Йодовый"	12 лет и старше	40	2,66	0,48	21,2	99,6
<i>итого за завтрак</i>		7-11 лет	<b>540</b>	<b>23,9</b>	<b>19,46</b>	<b>72,57</b>	<b>560,2</b>
		12 лет и старше	<b>590</b>	<b>27,86</b>	<b>23,48</b>	<b>81,5</b>	<b>647,1</b>
обед	Салат из овощей (капуста белокочанная, помидоры свежие, огурцы свежие)	все категории	100	2,3	6,8	4,3	88,3
		7-11 лет	200	6,9	6,7	11,5	134
	Суп с рыбными консервами	12 лет и старше	250	8,62	8,37	14,37	167,4
		7-11 лет	250	15,5	19,6	25,6	341
	Птица (цыпленок-бройлер), тушенная в соусе с овощами	12 лет и старше	280	17,36	22	28,7	382,3
		все категории	200	0,96	0,06	10	44
	Хлеб пшеничный "Йодовый"	7-11 лет	50	4,0	0,5	23,0	112,5
		12 лет и старше	60	4,8	0,6	27,6	135
Хлеб ржаной-пшеничный "Йодовый"	7-11 лет	30	2	0,36	15,87	74,7	
	12 лет и старше	40	2,66	0,48	21,2	99,6	
<i>итого за обед</i>		7-11 лет	<b>830</b>	<b>31,66</b>	<b>34,02</b>	<b>90,27</b>	<b>794,5</b>
		12 лет и старше	<b>930</b>	<b>36,7</b>	<b>38,31</b>	<b>106,17</b>	<b>916,6</b>
полдник	Пирожки печеные с яблоками	все категории	36	1,9	0,7	17,8	85
			200	5,8	6,4	8	118
	Кисломолочный напиток (Кефир) (в т.ч. в мелкоштучной упаковке)	100	1,5	0,5	21	96	
		<i>итого за полдник</i>		<b>336</b>	<b>9,2</b>	<b>7,6</b>	<b>46,8</b>
<b>Всего за день</b>		7-11 лет	<b>1706</b>	<b>64,76</b>	<b>61,08</b>	<b>209,64</b>	<b>1653,7</b>
		12 лет и старше	<b>1876</b>	<b>74,06</b>	<b>69,49</b>	<b>238,67</b>	<b>1881,9</b>
<i>Процент удовлетворения от суточной потребности, %</i>		7-11 лет		<b>84,10</b>	<b>77,32</b>	<b>62,58</b>	<b>70,37</b>
		12 лет и старше		<b>82,29</b>	<b>75,53</b>	<b>62,32</b>	<b>69,19</b>

Руководитель структурного подразделения

Е. Н. Фомичева