

«Вышневолоцкая школа»

Т.В. Шутилова.

І № **примерного десятидневного меню**
для детей с 7 до 11 лет

№ Тех карт	Наименование блюда	Пищевые вещества			Коло- рий- ность	Выход порции
		Б	Ж	У		с 7 до 11 лет
Завтрак						
I полдник						
№12	Кисель	-	-	29	122	200
№79	Бутерброд с колбасой	7	9	14	175	30
Обед						
№64	Салат из свеклы	1	9	7	107	90
№96	Суп гороховый с курой	8	6	15	152	200
№21	Рис рассыпчатый с маслом	3	6	37	198	150
№31	Гуляш из мяса	14	13	3	182	90
№8	Напиток из сока	-	-	10	86	200
№78	Хлеб ржаной	2	-	10	52	30
		28	34	82	777	760

ЕК

gk