

Утверждено

С.А.А.А.

Директор ЛФП № 1 - Администрация ЛФП № 1
Иванов И.И.

Меню на

7 дней

МЕНЮ 11 лет

Примеры	Наименование блюда	Вес Взвешивание	Нормы расхода					№
			Хлеб	Жир	Углеводы	Витамин	Углеводы	
завтрак	Паштет с курицей	100	11,1	8,1	11,1	11,1	11,1	11,1
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
	Салат из зеленого горошка	100	1,1	10,2	2,1	1,1	1,1	1,1
	Кофейный напиток с молоком	200	1,1	1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
обед	итого за завтрак	610	17,5	11,7	17,7	17,7	17,7	17,7
	Витамин	10	1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Суп гороховый	200	6,6	4,6	14,7	14,7	14,7	14,7
	Жаркое по домашнему	200	20,1	19,2	11,1	11,1	11,1	11,1
	Чай с сахаром	200	0,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
	итого за обед	740	31,8	21,9	75,4	75,4	75,4	75,4

МЕНЮ 13 - 10 лет

Примеры	Наименование блюда	Вес Взвешивание	Нормы расхода					№
			Хлеб	Жир	Углеводы	Витамин	Углеводы	
завтрак	Паштет с курицей	100	11,1	19,1	11,1	11,1	11,1	11,1
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
	Салат из зеленого горошка	100	1,1	17,0	1,1	1,1	1,1	1,1
	Кофейный напиток с молоком	200	1,1	1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	1,7	1,7	1,7	1,7
обед	итого за завтрак	610	16,5	31,7	17,7	17,7	17,7	17,7
	Витамин	100	1,2	1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Суп гороховый	230	8,3	5,7	20,2	20,2	20,2	20,2
	Жаркое по домашнему	250	25,1	24,2	11,1	11,1	11,1	11,1
	Чай с сахаром	200	0,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1
	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	4,3	4,3	4,3	4,3
	Хлеб ржаной	40	3,3	1,3	1,7	1,7	1,7	1,7
	итого за обед	910	43,6	49,7	106,7	106,7	106,7	106,7