

Составлено:
директор лечебной
Федеральной санаторной
З. Б. Ахристанове

Утверждаю:
Директор:



Ежедневное меню

10 день

7-11 лет

льготное питание

21.03.25

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"	90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,80	6,80	38,90	219,30
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ)	60	0,60	0,10	1,75	13,20
377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,20	62,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за весь прием пищи:	550	19,43	15,82	78,85	504,00
	ОВЗ					
12	СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ	90	5,30	15,50	38,10	313,00
348	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	220	0,55	0,11	30,14	123,86
	Итого за весь прием пищи:	310	5,85	15,61	68,24	436,86

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"	100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,56	8,16	46,70	263,16
70	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ)	100	1,00	0,16	2,90	22,00
377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,13	0,02	15,20	62,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за весь прием пищи:	630	21,89	18,14	88,40	569,86
	ОВЗ					
12	СЛОЙКА С КАРТОФЕЛЕМ	100	5,90	17,20	42,30	371,70
348	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	250	0,62	0,10	34,25	140,75
	Итого за весь прием пищи:	350	6,52	17,30	76,55	512,45

повар Беркова В.С.