|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Рацион: Школьное меню**  |  | **День:** | вторник |  |
| **Возраст : с 12 до 18 лет** | **Неделя:** | 1 |  |
| № | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | Энерге- |
| рец. | Б | Ж | У | тическая ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **Завтрак**  |
| 98 | Биточки мясные с томатным соусом  | 100 | 9,39 | 13,42 | 11,22 | 204 |
| 212 | Макаронные изделия отварные  | 200 | 6,95 | 5,14 | 44,26 | 251,2 |
| 278 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,22 | 0 | 36,26 | 138,14 |
| 3 | Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком( для детей дошкольного и школьного возраста) | 50 | 4 | 0,6 | 33 | 142,5 |
|  | **Масса порций** | **550** |  |  |  |  |
| **Итого за Завтрак**  |  | **20,56** | **19,16** | **124,74** | **735,84** |
| **Итого стоимость рациона** | **81-00** |