



Меню

6 июня 2023г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200	7,90	7,82	28,20	214,8	241	20,4
	Сыр (порциями)	20	3,68	4,64	0,00	56,48	205	14,04
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	13,11
	Напиток кофейный	200	3,84	2,72	17,14	108,34	361	12,27
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		501	18,83	26,74	79,44	635,81		63,68
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12
	Плов из птицы (курица)	190	14,97	18,56	34,41	366,45	304	93,75
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	5,64
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,69
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	1,17
	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,12	0,12	23,98	106,22	328	9,25
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	6,6
ИТОГО ЗА ОБЕД		861	21,52	26,08	119,77	816,7		131,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1362	40,35	52,82	199,21	1452,51		194,78

Повар

*И.П. Бачек*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ МО Центральной районной администрации  
СФП № 12 Золотых В. И. Дубровинский  
И.П. Бегров

Меню

"6" июня 2023г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы				
<b>День 4</b>									
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	22,38	
	Сыр (порциями)	25	5,75	7,25	0,00	88,25	205	17,55	
	Масло (порциями)	18	0,14	13,05	0,23	118,98	204	15,72	
	Напиток кофейный	200	3,84	2,72	17,14	108,34	361	15,27	
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43	
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>551</b>	<b>21,96</b>	<b>31,72</b>	<b>90,64</b>	<b>738,63</b>		<b>76,54</b>	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2,60	7,67	14,33	137,3	57	15,00	
	Плов из птицы (курица)	220	22,68	28,23	39,93	506,59	304/2	48,65	
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	11,93	
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	3,19	
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	2,43	
	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,12	0,12	23,98	106,22	328	9,25	
Яблоко	100	0,56	0,56	13,72	65,8	578,1	6,82		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>958</b>	<b>30,79</b>	<b>37,55</b>	<b>138,74</b>	<b>1033,8</b>		<b>97,27</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1509</b>	<b>52,75</b>	<b>69,27</b>	<b>229,38</b>	<b>1772,43</b>		<b>173,81</b>	

Повар *Чернов*