

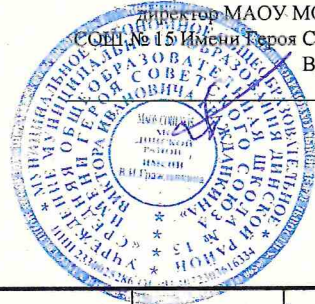


Меню  
 " 02 " мая 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 4</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак)	100/40	8,02	8,45	4,54	125,93	229	88,34
	Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	12,79
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	Дополн. питание: фрукт в ассорт.	220						30,00
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>540</b>	<b>17,91</b>	<b>15,98</b>	<b>87,88</b>	<b>564,81</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,42	4,16	7,00	71,74	88	12,33
	Салат из свежих огурцов**	60	0,45	3,61	1,41	39,96	20	6,55
	Биточки паровые (говяж)	100	13,29	10,85	9,10	210,19	281	106,91
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	13,36
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	1,90
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
Дополн. питание: фрукт в ассорт.	220						30,00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>27,07</b>	<b>24,45</b>	<b>108,95</b>	<b>770,24</b>		<b>202,82</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	100/20	13,61	11,49	23,83	303,83	222	60,48
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>13,81</b>	<b>11,49</b>	<b>30,85</b>	<b>332,27</b>		<b>64,51</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1690</b>	<b>58,79</b>	<b>51,92</b>	<b>227,68</b>	<b>1667,32</b>		

Ст. повар *Черная*



Меню

" 03 " мая 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 5</b>								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,76	2,04	3,42	35,85	47	3,12
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80
	Пюре картофельное (завтрак)	100	2,17	3,25	14,69	97,97	312	12,79
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак							30,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>19,93</b>	<b>19,18</b>	<b>83,72</b>	<b>585,14</b>		<b>152,54</b>
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	11,44
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	89,36
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,90
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак							30,00
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>765</b>	<b>26,52</b>	<b>32,94</b>	<b>102,64</b>	<b>800,54</b>		<b>167,33</b>
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	H	34,79
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>380</b>	<b>7,06</b>	<b>9,20</b>	<b>49,04</b>	<b>325,82</b>		<b>52,63</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1735</b>	<b>53,51</b>	<b>61,32</b>	<b>235,40</b>	<b>1711,5</b>		

Ст. повар

*Черное*