



Меню

7 июня 2023г

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Мясо тушеное (свинина) с овощами в соусе	200	13,60	13,28	26,20	277,72	274	52,85
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392	3,68
	Кондитерское изделие (зефир)	55	1,47	2,48	16,25	90,68	151	11,19
	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>501</b>	<b>18,52</b>	<b>16,44</b>	<b>85,38</b>	<b>562,92</b>		<b>71,58</b>
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	7,32	17,36	153,5	81	12,74
	Печень тушеная в соусе	100	10,67	10,15	8,54	174,96	524	39,47
	Каша крупчатая рассыпчатая (гречка)	150	9,02	6,77	44,23	274,26	671	13,84
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	7,25
	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
	Сок плодовой	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	10,14
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>856</b>	<b>33,28</b>	<b>29,62</b>	<b>141,24</b>	<b>941,36</b>		<b>140,21</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1357</b>	<b>51,8</b>	<b>46,06</b>	<b>226,62</b>	<b>1504,28</b>		<b>211,79</b>

Повар *Мерное*



Меню

7 июля 2023г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 5</b>								
ЗАВТРАК	Мясо тушеное (свинина) с овощами в соусе	200	13,60	13,28	26,20	277,72	274	52,86
	Кондитерское изделие (зефир)	65	4,80	6,10	48,00	264	151	13,22
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392	4,00
	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>553</b>	<b>22,91</b>	<b>20,26</b>	<b>129,29</b>	<b>791,62</b>		<b>78,7</b>
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,50	9,15	21,70	191,88	81	15,89
	Печень тушеная в соусе	110	11,74	11,16	9,39	192,46	524	43,45
	Каша крупяная рассыпчатая гречневая	180	10,82	8,12	53,08	529,11	671	16,61
	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
	Сок плодовой	200	0,20	0,20	28,20	82,6	3997	10,14
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	52,91
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1008</b>	<b>38,31</b>	<b>34,1</b>	<b>166,35</b>	<b>1103,94</b>		<b>156,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1561</b>	<b>61,22</b>	<b>54,36</b>	<b>295,64</b>	<b>1895,56</b>		<b>232,25</b>

Повар

*Сергей*