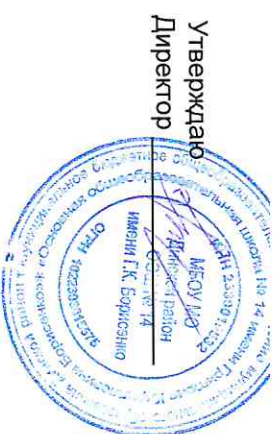


Меню
" 15 " апреля 2024г.



Утверждаю
Директор

Возрастная категория: от 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур | Цена |
|----------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| | Каша жидкая молочная (с круглой рисовой и маслом) | 200 | 5,10 | 8,66 | 32,42 | 233,86 | 182 | 34,20 |
| | Сыр (порциями) (Российский) | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,2 | 15 | 29,64 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,02 | 2,72 | 14,48 | 98,3 | 379 | 10,66 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н | 3,06 |
| | Хлеб ржаной 30 | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | Н | 3,08 |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | 12,57 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 590 | 19,26 | 21,14 | 86,13 | 675,11 | | 93,20 |
| | Рассольник | 250 | 2,50 | 5,33 | 24,80 | 116,27 | 94 | 15,15 |
| | Котлеты, биточки, шницелги (говядина) | 100/20 | 18,52 | 11,88 | 16,82 | 244,43 | 268 | 105,79 |
| | Рагу из овощей (обед) | 250 | 4,47 | 14,42 | 24,47 | 247,88 | 143 | 28,55 |
| | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,2 | 388 | 10,28 |
| | Хлеб пшеничный 45 | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | Н | 4,59 |
| | Хлеб ржаной 30 | 30 | 1,41 | 0,21 | 14,94 | 64,2 | Н | 3,08 |
| | Фрукты (слива)* | 100 | 0,80 | 0,30 | 9,60 | 44 | 338 | 12,57 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 975 | 31,94 | 32,87 | 133,12 | 901,1 | | 180,01 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| | Макаронны отварные с сыром | 180 | 12,35 | 19,98 | 35,33 | 375,95 | 204 | 61,59 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 | 5,28 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 380 | 12,61 | 19,98 | 42,57 | 406,77 | | 66,87 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1945 | 63,81 | 65,99 | 261,82 | 1982,98 | | |

Ст. повар

