

Меню
" 12 " апреля

2024г.

Утверждаю
Директор



Возрастная категория: от 12 лет и старше

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| День 10 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| | Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак) | 60 | 0,36 | 0,12 | 2,52 | 11,94 | 71/1 | 6,55 |
| | Котлеты домашние (свин/говяж) | 100 | 15,58 | 18,43 | 13,07 | 275,9 | 271 | 89,36 |
| | Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) | 150 | 6,14 | 3,76 | 36,06 | 150 | 171 | 13,36 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 | 5,28 |
| | Хлеб пшеничный 45 | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | Н | 4,59 |
| | Хлеб ржаной 40 | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | Н | 4,04 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 595 | 27,78 | 23,04 | 100,54 | 650,38 | | 123,19 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| | Сул-лапша домашняя | 250 | 5,25 | 7,00 | 26,42 | 119,38 | 113 | 11,68 |
| | Салат из квашеной капусты** | 100 | 0,99 | 5,05 | 6,70 | 76,73 | 47 | 7,80 |
| | Отбивная из мяса птицы (курица) | 100 | 12,29 | 13,05 | 11,16 | 213 | 249 | 71,80 |
| | Пюре картофельное (обед) | 180 | 3,33 | 5,26 | 21,42 | 146,86 | 312 | 23,03 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 | 16,90 |
| | Хлеб пшеничный 40 | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | Н | 4,76 |
| | Хлеб ржаной 40 | 40 | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 | Н | 4,04 |
| | Фрукты св. (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | 12,57 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 1010 | 28,30 | 31,44 | 134,94 | 858,45 | | 152,58 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | |
| | Сул молочный с макаронными изделиями | 250 | 5,87 | 8,82 | 21,40 | 198,65 | 120 | 22,07 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,14 | 0,00 | 10,00 | 39,24 | 376 | 4,03 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н | 3,06 |
| | Кондитерское изделие 25 (печенье) | 25 | 1,88 | | 18,73 | 104,28 | Н | 3,48 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 505 | 10,26 | 9,12 | 54,62 | 406,25 | | 32,64 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 2110 | 66,34 | 66,55 | 291,50 | 1915,08 | | |

