

Утверждаю  
Директор



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 3</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка из творога (завтрак)	180	26,62	21,85	32,09	539,86	223	75,30	
	Молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности	10	0,72	0,85	5,55	32,7	Н	3,64	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	Дополн. питание: сок 0,2+вафля 20гр в индивиду. упаковке							30,00	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>520</b>	<b>30,31</b>	<b>23,40</b>	<b>68,95</b>	<b>712,08</b>	<b>78</b>	<b>119</b>	<b>5,73</b>
<b>ОБЕД</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)**	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71	6,55	
	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами	240	16,42	15,17	35,06	455,23	258/1	90,80	
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,39	
	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	
	Дополн. питание: сок 0,2+вафля 20гр в индивиду. упаковке							30,00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>785</b>	<b>25,40</b>	<b>20,58</b>	<b>99,69</b>	<b>792,43</b>		<b>151,10</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет с сыром	100	10,10	15,64	1,91	190,63	211	68,08	
	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	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>420</b>	<b>13,08</b>	<b>16,24</b>	<b>41,57</b>	<b>364,79</b>		<b>99,45</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1725</b>	<b>68,79</b>	<b>60,22</b>	<b>210,21</b>	<b>1869,3</b>			

Ст. повар

