

Меню
" 14 " марта 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Утверждаю
Директор

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК								
	Икра кабачковая промышл. производства**	40	0,00	2,00	2,80		36/73-1	7,88
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52		212,52/211	102,13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48		98,3/379	14,99
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49		64,08/Н	3,06
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96		120/Н	6,81
	Фрукты св. (груша)*	100	0,40	0,30	10,30		47/338	12,57
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	19,66	21,39	73,55		577,9	147,43
ОБЕД								
	Борщ	200	1,44	4,08	8,52		76,86/81	10,33
	Салат из св. моркови с сахаром**	60	0,74	0,05	12,29		49,02/62	5,51
	Тертели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35		190,33/279	61,05
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02		234,39/171	13,36
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90		64,28/342	9,39
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	790	24,92	18,20	130,32		785,92	108,44
ПОЛДНИК								
	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сульщенным)	100/20	13,61	11,49	23,83		303,83/222	60,48
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18		40,9/377	5,28
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	13,75	11,49	34,01		344,73	65,76
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1650	58,33	51,08	237,88		1708,55	

Ст. повар

