

Меню
" 15 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждаю
Директор



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 1									
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крутой рисовой и маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4	182	27,36	
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	19,76	
	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14	10,66	
	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	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	3,08	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	Дополн. питание: фрукт в ассорти.	220						30,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	15,32	22,10	73,21	556,98		121,47
	ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	10,10
Котлеты, биточки, шницели (говядина)		100	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79	
Рагу из овощей (обед)		200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03	
Напиток из плодов шиповника		200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28	
Хлеб пшеничный 40		40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76	
Хлеб ржаной 20		20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30	
Фрукты св.		100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57	
Дополн. питание: фрукт в ассорти.		220						30,00	
ИТОГО ЗА ОБЕД			860	29,68	28,80	115,88	796,19		194,84
ПОЛДНИК		Макаронные отварные с сыром	150	10,29	16,65	29,44	313,29	204	52,38
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	10,55	16,65	36,68	344,11		57,66	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1740	55,55	67,55	225,77	1697,28			

Ст. повар

