

Утверждаю
Директор



Меню

" 19 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 5									
ЗАВТРАК	Сапат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,76	2,04	3,42	35,85	47	3,12	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80	
	Пюре картофельное (завтрак)	100	2,17	3,25	14,69	97,97	312	12,79	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90	
	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	2,30	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак								
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	19,93	19,18	83,72	585,14		152,54
	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	11,44
Котлеты домашние (свин/говяж)		100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	89,36	
Рагу из овощей (обед)		200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03	
Компот из сухофруктов		200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00	
Хлеб пшеничный 45		45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	4,59	
Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,90		
Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак									
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	26,52	32,94	102,64	800,54		167,33	
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	Н	34,79	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	7,06	9,20	49,04	325,82		52,63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	53,51	61,93	235,40	1711,5			

Ст. повар

