

Меню
" 18 " марта 2024г.

Утверждаю
Директор



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК								
	Каша жидкая молочная (с круглой рисовой и маслом)	200	5,10	8,66	32,42	233,86	182	34,20
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	29,64
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	10,66
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,08
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	19,26	21,14	86,13	675,11		108,19
ОБЕД								
	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	15,15
	Котлеты, биточки, шницелги (говядина)	100/20	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	28,55
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,08
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
	ИТОГО ЗА ОБЕД	975	31,94	32,87	133,12	901,1		180,01
ПОЛДНИК								
	Макаронные отварные с сыром	180	12,35	19,98	35,33	375,95	204	61,59
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	380	12,61	19,98	42,57	406,77		66,87
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1945	63,81	65,99	261,82	1982,98		

Ст. повар

