



Меню  
" 06 05 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                                 | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена          |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|---------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |               |
| <b>День 6</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом) | 220         | 9,70             | 11,51        | 40,83         | 305,69                  | 173         | 32,86         |
|                         | Сыр (порциями) (Российский)                        | 20          | 4,64             | 5,90         | 0,00          | 72,8                    | 15          | 19,76         |
|                         | Чай с лимоном и сахаром                            | 200         | 0,26             | 0,00         | 7,24          | 30,82                   | 376         | 5,28          |
|                         | Хлеб пшеничный 20                                  | 20          | 1,58             | 0,20         | 9,66          | 42,72                   | Н           | 1,90          |
|                         | Мучное кондитерское изделие (кекс)***              | 40          | 3,20             | 0,40         | 20,00         | 108                     | Н           | 24,37         |
|                         | Дополн. питание: фрукт в ассортимент.              | 220         |                  |              |               |                         |             | 30,00         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>19,38</b>     | <b>18,01</b> | <b>77,73</b>  | <b>560,03</b>           |             | <b>114,17</b> |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп картофельный                                   | 200         | 2,02             | 2,38         | 15,88         | 93,38                   | 97          | 13,89         |
|                         | Поджарка (свинина)                                 | 100         | 13,69            | 18,22        | 5,45          | 284,05                  | 251         | 79,99         |
|                         | Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)         | 210         | 5,44             | 5,63         | 27,01         | 165,71                  | 321         | 34,02         |
|                         | Кисель из сока плодового с сахаром                 | 200         | 0,06             | 0,06         | 24,64         | 99,2                    | 359         | 8,52          |
|                         | Хлеб пшеничный 30                                  | 30          | 2,37             | 0,30         | 14,49         | 64,08                   | Н           | 3,06          |
|                         | Хлеб ржаной 40                                     | 40          | 1,88             | 0,28         | 19,92         | 85,6                    | Н           | 4,04          |
|                         | Мучное кондитерское изделие (кекс)***              | 40          | 3,20             | 0,40         | 20,00         | 108                     | Н           | 24,37         |
|                         | Дополн. питание: фрукт в ассортимент.              |             |                  |              |               |                         |             | 30,00         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>780</b>  | <b>25,46</b>     | <b>26,87</b> | <b>107,39</b> | <b>792,02</b>           |             | <b>197,89</b> |
| <b>ПОЛДНИ К</b>         | Омлет натуральный                                  | 100         | 8,13             | 10,87        | 3,23          | 165,53                  | 210         | 34,99         |
|                         | Чай с сахаром                                      | 200         | 0,20             | 0,00         | 7,02          | 28,44                   | 376         | 4,00          |
|                         | Хлеб пшеничный 40                                  | 40          | 3,16             | 0,40         | 19,32         | 85,44                   | Н           | 4,77          |
|                         | Фрукты св. (яблоко)*                               | 100         | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 47                      | 338         | 12,50         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>440</b>  | <b>11,89</b>     | <b>11,67</b> | <b>39,37</b>  | <b>326,41</b>           |             | <b>56,26</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1720</b> | <b>56,73</b>     | <b>56,55</b> | <b>224,49</b> | <b>1678,46</b>          |             |               |





**Меню**  
" 06 05 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

| Прием пищи              | Наименование блюда                                 | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена          |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|---------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |               |
| <b>День 6</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом) | 250         | 11,02            | 13,08        | 46,40         | 347,37                  | 173         | 34,34         |
|                         | Сыр (порциями) (Российский)                        | 30          | 6,96             | 8,85         | 0,00          | 109,2                   | 15          | 29,64         |
|                         | Чай с лимоном и сахаром                            | 200         | 0,26             | 0,00         | 7,24          | 30,82                   | 376         | 5,28          |
|                         | Хлеб пшеничный 30                                  | 30          | 2,37             | 0,30         | 14,49         | 64,08                   | Н           | 3,06          |
|                         | Мучное кондитерское изделие (кекс)***              | 40          | 3,20             | 0,40         | 20,00         | 108                     | Н           | 24,37         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>550</b>  | <b>23,81</b>     | <b>22,63</b> | <b>88,13</b>  | <b>659,47</b>           |             | <b>99,69</b>  |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп картофельный                                   | 250         | 2,52             | 2,98         | 19,85         | 116,72                  | 97          | 20,83         |
|                         | Поджарка (свинина)                                 | 100         | 13,69            | 18,22        | 5,45          | 284,05                  | 251         | 79,99         |
|                         | Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)         | 250         | 6,47             | 6,70         | 32,15         | 197,28                  | 321         | 48,60         |
|                         | Кисель из сока плодового с сахаром                 | 200         | 0,06             | 0,06         | 24,64         | 99,2                    | 359         | 8,52          |
|                         | 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          |
|                         | Мучное кондитерское изделие (кекс)***              | 40          | 3,20             | 0,40         | 20,00         | 108                     | Н           | 24,37         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>860</b>  | <b>26,52</b>     | <b>28,47</b> | <b>111,52</b> | <b>825,53</b>           |             | <b>188,45</b> |
| <b>ПОЛДНИК</b>          | Омлет натуральный                                  | 150         | 12,20            | 16,30        | 4,85          | 248,29                  | 210         | 51,12         |
|                         | Чай с сахаром                                      | 200         | 0,20             | 0,00         | 10,00         | 39,24                   | 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         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>480</b>  | <b>15,17</b>     | <b>17,00</b> | <b>39,14</b>  | <b>398,61</b>           |             | <b>70,78</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1890</b> | <b>65,50</b>     | <b>68,10</b> | <b>268,79</b> | <b>1883,6</b>           | <b>1</b>    |               |

