



*Директор ССЗН В.В.Владимирова*

**Меню**

*" 7 " июня 2023 г*

**от 7 до 11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углевод		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	сливочным	220	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41
	Сыр (порциями)	20	3,68	4,64	0,00	56,48	205
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>501</b>	<b>15,15</b>	<b>24,02</b>	<b>71,32</b>	<b>564,95</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный вегетарианский	200	1,78	7,08	11,90	119,1	78
	Гуляш из мяса (свинина)	90	10,47	8,53	6,34	141,39	12/8
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,26	4,90	39,29	222,33	205
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
	Компот из свежих плодов	180	0,18	0,18	18,77	78,64	348
	Банан	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1
Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>971</b>	<b>27,26</b>	<b>26,45</b>	<b>133,42</b>	<b>885,65</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1472</b>	<b>42,41</b>	<b>50,47</b>	<b>204,74</b>	<b>1450,6</b>	

Повар *СМ*



*Директор Центра МН-У*

Меню

" 7 " июля 2023 г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41
	Сыр (порциями)	25	5,75	7,25	0,00	88,25	205
	Масло (порциями)	18	0,14	13,05	0,23	118,98	204
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>551</b>	<b>18,3</b>	<b>29</b>	<b>83,52</b>	<b>671,93</b>	
ОБЕД	Суп картофельный вегетарианский	250	2,22	8,85	14,87	148,87	78
	Гуляш из мяса (свинина)	100	11,63	9,48	7,04	157,1	12/8
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,32	5,89	47,14	266,8	205
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	20,86	87,38	348
	Банан	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1143</b>	<b>31</b>	<b>30,47</b>	<b>158,1</b>	<b>1036,19</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1694</b>	<b>49,3</b>	<b>59,47</b>	<b>241,62</b>	<b>1708,12</b>	

Повар *ЕМ*