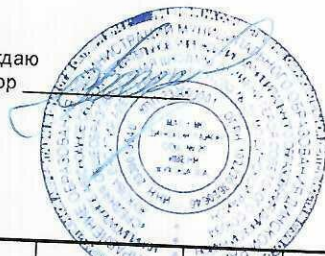


Утверждаю
Директор



Меню

2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	60	0,59	3,03	4,02	46,06	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	4,96
	Пюре картофельное (завтрак)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	71,09
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	16,90
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	4,76
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	3,05
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		680	21,63	21,47	97,29	662,52		129,61
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,95	20,70	122,05	103	14,89
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	87,00
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	33,22
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	4,65
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,05
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	27,26	36,33	109,41	863,89		145,86
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	100	8,00	11,00	40,00	310	H	39,00
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,55
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	8,66	11,40	57,04	396,24		57,11
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1940	57,55	64,22	263,74	1922,63		

Ст. повар _____