

Меню
" 01 " марта 2024г.

Утверждаю
Директор _____ Е. А. Соломка



Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Кукуруза консервированная**	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	4,37
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	89,36
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	13,36
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,08
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	510	24,62	21,63	83,23	574,4		120,21
	Салат из квашеной капусты**	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	7,79
	Отбивная из мяса птицы (курица)	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	4,68
	Пюре картофельное (обед)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80
	Сок фруктовый	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	19,19
	Хлеб пшеничный 40	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	14,84
	Хлеб ржаной 20	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
	Фрукты св. (яблоко)*	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
ИТОГО ЗА ОБЕД		100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	870	25,36	27,00	113,45	736,6		137,93
	Чай с сахаром	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	11,67
	Хлеб пшеничный 40	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,48
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		415	8,70	8,64	60,89	348,15		23,94
		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		

Ст. повар _____