



Меню
" 24 " мая 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	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	H	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак								30,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	510	24,62	21,63	83,23	574,4		150,21
	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	H	4,76
	Фрукты св. (яблоко)*	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак								30,00
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	870	25,36	27,00	113,45	736,6		167,93
	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	H	4,76
Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак		25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	3,48
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		23,94

Ст. повар _____