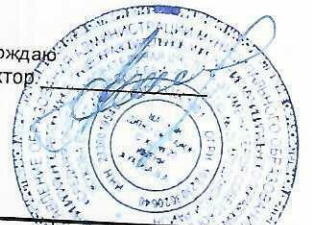


Утверждаю
Директор



Возрастная категория: от 12 лет и старше

26

Меню
12

2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	60	1,16	2,47	5,63			
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	49,57	45	5,56
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)					190,33	279	61,79
	Чай с лимоном и сахаром	150	5,82	7,20	36,70	239,04	203	19,60
	Хлеб пшеничный 45	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,55
	Хлеб ржаной 30	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,05
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	585	22,16	18,37	98,59	670,08		100,14
	Салат из свеклы отварной**	250	2,03	5,17	13,40	108,55	82	15,74
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	20,44
	Картофель отварной (с маслом)	100/5	14,85	6,55	7,97	147,17	234	53,40
	Сок фруктовый	180	3,46	6,79	23,98	180	125	22,98
	Хлеб пшеничный 45	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб ржаной 30	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Мармелад	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,05
ИТОГО ЗА ОБЕД		40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные (с молоком сгущенным)	945	27,85	23,27	139,98	878,44		143,91
	Кофейный напиток с молоком	125	11,82	8,19	23,45	222,29	218	62,31
	Хлеб пшеничный 30	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	13,21
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		355	17,21	11,21	52,42	384,67		78,59
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1860	67,22	58,27	287,90	1923,31		

Ст. повар _____