

Возрастная категория: от 12 лет и старше

"8" Меню 2023г.

Утверждаю
Директор



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	37,01
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	25,35
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08		5,55
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	64,08	H	3,06
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,81	22,63	88,13	108	H	24,37
ОБЕД	Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	659,47		95,35
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	116,72	97	17,41
	Калуста тушеная (из свежей калусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	284,05	251	79,99
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	197,28	321	48,60
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	99,2	359	8,52
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,08	H	3,06
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	64,2	H	3,05
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,52	28,47	111,52	108	H	24,37
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	825,53		185,01
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	248,29	210	39,13
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	28,44	376	11,50
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	64,08	H	3,06
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	15,17	17,00	36,16	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	65,50	68,10	235,81	1872,81		66,26

Ст. повар _____