

Утверждаю  
 Директор *А. Ю. Захаров*

Меню  
 " 17 " декабря 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 8</b>								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	58,96
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	12,37
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>26,57</b>	<b>18,36</b>	<b>74,79</b>	<b>564,94</b>		<b>94,01</b>
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	51,51
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	100,96
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	25,58
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>740</b>	<b>25,44</b>	<b>22,11</b>	<b>120,58</b>	<b>754,22</b>		<b>196,11</b>
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	H	26,09
	Кисломолочный продукт 150	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	14,59
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>9,49</b>	<b>10,87</b>	<b>40,94</b>	<b>341,6</b>		<b>53,25</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>61,50</b>	<b>51,34</b>	<b>236,31</b>	<b>1660,76</b>		

Ст. повар \_\_\_\_\_