

Утверждаю  
Директор



Меню

" 19 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,76	2,04	3,42	35,85	47
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249
	Пюре картофельное (завтрак)	100	2,17	3,25	14,69	97,97	312
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак						
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>19,93</b>	<b>19,18</b>	<b>83,72</b>	<b>585,14</b>	
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак						
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>765</b>	<b>26,52</b>	<b>32,94</b>	<b>102,64</b>	<b>800,54</b>	
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	Н
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>380</b>	<b>7,06</b>	<b>9,20</b>	<b>49,04</b>	<b>325,82</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1735</b>	<b>53,51</b>	<b>61,32</b>	<b>235,40</b>	<b>1711,5</b>	

Ст. повар \_\_\_\_\_