



Меню

" 04 " июня 2025г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет								
Прим лиши	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 3								
ЗАВТРАК	Пудинг из творога (запеченный)	220	25,94	19,60	43,74	454,06	235	142,17
	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	10,02	41,64	392	5,42
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
	Апельсин	100	0,56	0,56	13,72	65,8	578,1	10,9
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	608	31,01	21,04	112,55	769,76		169,16
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	250	3,45	9,02	22,85	185,83	772	13,64
	Рыба, тушеная с овощами	140	14,69	9,14	3,71	155,96	247	92,22
	Картофель отварной	180	3,04	4,41	27,82	165,21	172	33,63
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	18,85
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Сок плодовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
	Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	1038	31,43	28,24	136,56	897,49		253,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1646	62,44	49,28	249,11	1667,25		422,67

Повар