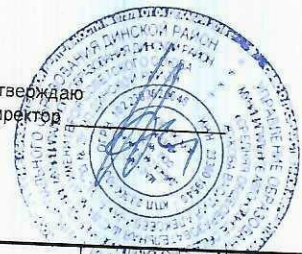


Утверждаю
Директор



"21 " Меню
мая 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	12,26
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	77,12
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	11,00
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	4,59
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	3,08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	33,17	13,32	130,55	763,11		
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	12,57
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	100	0,70	0,10	1,90	12	71	15,15
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	16,38
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	87,25
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	23,52
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	16,90
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	4,76
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	3,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	33,24	27,61	147,02	922,21		12,57
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	179,60
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	38,66
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	14,84
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	13,00	11,29	74,44	407,32		4,76
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	68,41	59,66	291,00	1993,46		58,26

Ст. повар _____