

Утверждаю
 Директор  Е.А. Соломка

Меню

" 29 " февраля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 9									
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20				
	Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	54	73-1	11,82	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	283,36	211	128,77	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	98,3	379	14,99	
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	96,12	Н	4,59	
	Фрукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	120	Н	6,81	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	22,44	25,17	68,55	622,48	47	338	12,57
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	81	20,29	
	Салат из св. моркови с сахаром**	100	1,23	0,09	20,48	81,7	62	13,78	
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	61,05	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42				
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	281,27	171	16,04	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	64,28	342	9,39	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	85,44	Н	4,76	
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	26,82	20,23	144,06	863,3		3,08	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	120/30	16,33	13,79	28,60	364,6	222	84,41	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,00	10,18	40,9	376	5,28	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	16,47	13,79	38,78	405,5		89,69	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1815	65,73	59,19	263,39	1891,28			

Ст. повар _____