



УТВЕРЖДАЮ

Соломка Е.А.

Меню

" 06 " июня 2025г.

от 7 до 11 лет

от 7 до 11 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Мясо тушеное (свинина) с овощами в соусе	200	13,60	13,28	26,20	277,72	274	90,19
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392	4,88
	Кондитерское изделие (зефир)	55	1,47	2,48	16,25	90,68	151	9,3
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		501	18,52	16,44	85,38	562,92		110,09
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	7,32	17,36	153,5	81	15,6
	Печень тушеная в соусе	100	10,67	10,15	8,54	174,96	524	35,57
	Каша крупяная рассыпчатая (гречка)	150	9,02	6,77	44,23	274,26	67/1	24,05
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	12,46
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Сок плодовой	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		856	33,28	29,62	141,24	941,36		177,9
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1357	51,8	46,06	226,62	1504,28		287,99

Повар