

Меню  
24 ноября 2023г.

Утверждаю  
Директор



Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)							
	Котлеты домашние (свин/говяж)	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	4,37
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	87,00
	Чай с лимоном	100	4,09	2,51	24,04	100	171	13,36
	Хлеб пшеничный 40	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,55
	Хлеб ржаной 30	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,05
ОБЕД	Доп. питание: сок 0,2, кондит. изделие	510	24,62	21,63	83,23	574,4		118,09
	Суп-лапша домашняя							75,00
	Салат из квашеной капусты**	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	7,08
	Отбивная из мяса птицы (курица)	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	3,72
	Пюре картофельное (обед)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,09
	Сок фруктовый	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	16,28
	Хлеб пшеничный 40	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	13,53
	Хлеб ржаной 20	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
	Фрукты св, (яблоко)*	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,28
ИТОГО ЗА ОБЕД		100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ПОЛДНИК	Доп. питание: сок 0,2, кондит. изделие	870	25,36	27,00	113,45	736,6		131,31
	Суп молочный с макаронными изделиями							75,00
	Чай с сахаром	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	11,64
	Хлеб пшеничный 40	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	11,50
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	3,48
		415	8,70	8,64	60,89	348,15		31,37
		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		

Ст. повар \_\_\_\_\_