



Меню

" 10 " июня 2025г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,82	20,40	9,52	280,98	569	56,02
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	60	0,62	2,62	3,96	41,15	57	11,82
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392	4,88
	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
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	9,99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		601	19,47	24,28	70,62	584,8		88,43
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	2,08	6,14	11,46	109,84	57	12,87
	Тефтели мясные (2-й вариант)	90	10,54	8,80	12,47	169,43	287	64,64
	Пюре картофельное с маслом	150	3,99	4,38	27,14	165,87	572.1	22,7
	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 фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
	Мороженое Пломбир	80	5,04	4,50	8,46	94,5	384	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		846	25,62	24,7	123,44	788,28		202,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1447	45,09	48,98	194,06	1373,08		291,32

Повар