

Утверждаю
Директор *Татьяна В.В.*

Меню
" 30 " января 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	12,26
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	77,12
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Рассольник	580	33,17	13,32	130,55	763,11		120,62
	Зеленый горошек консервированный**	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	15,15
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	87,25
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	23,52
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	1000	33,24	27,61	147,02	922,21		179,60
	Какао с молоком	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	38,66
	Хлеб пшеничный 40	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	68,41	59,66	291,00	407,32		58,26
						1993,46		

Ст. повар _____