

УТВЕРЖДАЮ

Соломка Е.А.

Меню

" 03 " июня 2025г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,82	20,40	9,52	280,98	569	56,02
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	90	0,62	2,62	3,96	41,15	57	17,72
	Какао с молоком	200	4,14	3,66	12,76	101,54	240	20,31
	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		506	22,87	27,36	60,15	580,71		99,77
ОБЕД	Рассольник ленинградский 1 вариант	200	1,92	5,72	15,14	120,46	76	14,73
	Котлеты мясные	90	12,65	9,41	13,94	189,07	282	87,57
	Капуста тушеная (гарнир)	150	3,78	4,54	13,23	108,98	336	30,75
	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
	Компот из свежих плодов	180	0,18	0,18	18,77	78,64	348	7,54
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	21	1,47	2,48	16,25	90,68	151	8,61
	Мороженое Пломбир	80	5,04	4,50	8,46	94,5	384	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		847	28,81	27,51	121,5	848,37		229,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1353	51,68	54,87	181,65	1429,08		329,55

Повар