

Утверждаю
Директор



№ 04 Меню 12 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)							
	Сыр (порциями) (Российский)	250	11,02	13,08	46,40			
	Чай с лимоном и сахаром	30	6,96	8,85	0,00	347,37	173	37,01
	Хлеб пшеничный 30	200	0,26	0,00	7,24	109,2	15	25,35
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	30	2,37	0,30	14,49	30,82	376	5,55
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		40	3,20	0,40	20,00	64,08	H	3,06
ОБЕД	Суп картофельный	550	23,81	22,63	88,13	108	H	24,37
	Поджарка (свинина)	250	2,52	2,98	19,85	659,47		95,35
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	100	13,69	18,22	5,45	116,72	97	17,41
	Кисель из сока плодового с сахаром	250	6,47	6,70	32,15	284,05	251	79,99
	Хлеб пшеничный 30	200	0,06	0,06	24,64	197,28	321	48,60
	Хлеб ржаной 30	30	2,37	0,30	14,49	99,2	359	8,52
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	30	1,41	0,21	14,94	64,08	H	3,06
	ИТОГО ЗА ОБЕД		40	3,20	0,40	20,00	64,2	H
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	860	26,52	28,47	111,52	108	H	24,37
	Чай с сахаром	150	12,20	16,30	4,85	825,53		185,01
	Хлеб пшеничный 30	200	0,20	0,00	7,02	248,29	210	39,13
	Фрукты св, (яблоко)*	30	2,37	0,30	14,49	28,44	376	11,50
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		100	0,40	0,40	9,80	64,08	H	3,06
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		480	15,17	17,00	36,16	47	338	12,57
		1890	65,50	68,10	235,81	1872,81		66,26

Ст. повар _____