

Утверждаю  
Директор



"28" Меню 11 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 2</b>								
ЗАВТРАК	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,77	1,64	3,75			
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	33,05	45	3,71
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)					190,33	279	61,79
	Чай с лимоном и сахаром	100	3,90	4,80	24,47			
	Хлеб пшеничный 40	200	0,26	0,00	7,24	159,36	203	13,07
	Хлеб ржаной 20	40	3,16	0,40	19,32	30,82	376	5,55
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		20	0,94	0,14	9,96	85,44	H	4,76
		500	18,98	15,02	77,09	42,8	H	2,28
ОБЕД	Доп. питание: сок 0,2, кондитерское изд.					541,8		91,15
	Борщ с капустой и картофелем							75,00
	Салат из свеклы отварной**	200	1,60	4,14	10,52			
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	60	0,90	2,46	5,28	85,82	82	10,49
	Картофель отварной (с маслом)	100/5	15,53	7,14	9,08	46,78	52	12,26
	Сок фруктовый	180	3,46	6,79	23,98	161,36	234	53,40
	Хлеб пшеничный 30	200	1,00	0,00	20,20	180	125	22,98
	Хлеб ржаной 20	30	2,37	0,30	14,49	84,44	389	16,90
		20	0,94	0,14	9,96	64,08	H	3,06
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		40	0,04	0,00	28,96	120	H	2,28
		830	25,84	20,97	122,47	785,28		6,81
ПОЛДНИК	Доп. питание: сок 0,2, кондитерское изд.							128,19
	Вареники ленивые отварные (с молоком сгущенным)							75,00
	Кофейный напиток с молоком	90/20	10,64	7,37	21,11			
		200	3,02	2,72	14,48	200,06	218	52,73
		20	1,58	0,20	9,66	98,3	379	13,21
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		310	15,24	10,29	45,25	42,72	H	3,57
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		1640	60,06	46,28	244,81	341,08		69,51
						1668,16		

Ст. повар \_\_\_\_\_