



Меню

" 03 " июня 2025г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Омлет	200	14,82	20,40	9,52	320,98	569	74,69
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	100	0,75	3,15	4,75	49,37	57	19,7
	Какао с молоком	200	5,24	4,54	12,62	115,74	240	20,31
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		588	25,14	28,97	71,96	694,35		125,37
ОБЕД	Рассольник ленинградский 1 вариант	250	2,40	7,15	18,93	150,57	76	18,41
	Котлеты мясные	100	14,06	10,46	15,49	210,08	282	97,3
	Капуста тушеная (гарнир)	180	4,54	5,45	15,88	130,77	336	36,89
	Овощи свежие (огурец/помидор)	100	0,50	0,09	1,71	9,63	202,2	18,85
	Хлеб пшеничный	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13
	Хлеб ржаной	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54
	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,20	20,86	87,38	348	8,37
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	31	2,17	3,66	23,99	133,86	151	10,68
	Мороженое Пломбир	80	5,04	4,50	8,46	94,5	384	62,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		1029	33,24	32,39	150,39	1025,05		263,57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1617	58,38	61,36	222,35	1719,4		388,94

Повар