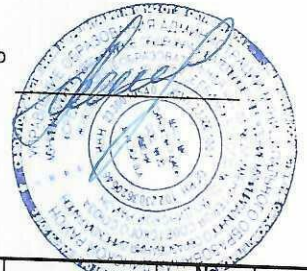


Утверждаю  
Директор



Меню  
"25" 12 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 1</b>								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	150	3,82	6,49	24,31			
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	175,4	182	27,31
	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	72,8	15	16,90
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	56,6	14	10,66
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	98,3	379	13,21
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	64,08	H	3,06
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	42,8	H	3,05
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>530</b>	<b>15,32</b>	<b>22,10</b>	<b>73,21</b>	<b>556,98</b>	<b>47</b>	<b>338</b>
	Доп. Питание: фрукт, кондит.изделие							86,76
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84			75,00
	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,88	16,82	93,02	94	8,58
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	244,43	268	107,41
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	198,3	143	22,14
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	88,2	388	10,28
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	85,44	H	4,76
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	42,8	H	2,28
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>29,68</b>	<b>28,80</b>	<b>115,88</b>	<b>796,19</b>	<b>44</b>	<b>338</b>
	Доп. Питание: фрукт, кондит.изделие							168,03
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	150	10,29	16,65	29,44			75,00
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	313,29	204	48,09
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>10,55</b>	<b>16,65</b>	<b>36,68</b>	<b>30,82</b>	<b>376</b>	<b>5,55</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1740</b>	<b>55,55</b>	<b>67,55</b>	<b>225,77</b>	<b>344,11</b>		<b>53,64</b>
						<b>1697,28</b>		

Ст. повар \_\_\_\_\_