

Утверждаю
Директор



Меню

" 03 " мая 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,76	2,04	3,42	35,85	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	3,12
	Пюре картофельное (завтрак)	100	2,17	3,25	14,69	97,97	312	71,80
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	12,79
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	16,90
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	3,06
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	2,30
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак							12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	19,93	19,18	83,72	585,14		30,00
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	152,54
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	11,44
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	89,36
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	19,03
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	11,00
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	4,59
		Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак						
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	26,52	32,94	102,64	800,54		30,00
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	Н	167,33
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	34,79
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	5,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	7,06	9,20	49,04	325,82		12,57
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	53,51	61,32	235,40	1711,5		52,63

Ст. повар _____