



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО
Директор _____

2023 г

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ
Возрастная категория: 12-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ РАЦИОНА
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг			
Завтрак																	
ТТК27	МАКАРОНЫ В МОЛОКЕ	250	5,70	4,80	20,80	152,10	0,06	0,65	0,03	0,04	144,51	18,30	110,40	0,50	29,36		
424	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИЙ С КАПУСТОЙ	75	6,71	7,52	14,67	159,15	0,05	0,00	0,00	1,50	8,82	5,71	31,93	0,36	25,00		
ПП	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК/ СНЕЖОК/	180	4,68	4,05	6,48	85,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00		
ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,66	5,40	5,70	26,10	1,20	3,00		
ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	4,60	6,60	16,80	0,40	2,00		
Итого за прием пищи:			555	20,61	64,71	505,66	0,19	0,65	0,03	2,59	163,33	36,31	185,23	2,46	79,36		
Обед																	
46	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С БЕЛОКАМИ	100	1,20	5,20	11,30	98,00	0,03	24,10	0,38	2,39	36,70	15,90	28,95	1,22	9,00		
118.2	СУП С КЛУБКАМИ	250	2,40	3,70	11,90	94,30	0,03	0,59	0,22	0,26	29,74	9,78	31,69	0,48	13,00		
ТТК 35	СТОЖКИ КУРИНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	24,00	25,20	21,90	415,50	0,15	5,70	0,18	1,14	181,92	47,72	314,68	3,47	70,11		
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,09	32,01	132,80	0,00	0,00	0,00	0,00	8,24	1,80	0,00	0,00	10,00		
ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,30	25,10	118,40	0,08	0,00	0,00	0,98	11,50	16,50	42,00	1,00	5,00		
ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	7,20	7,60	34,80	1,60	4,00		
Итого за прием пищи:			840	34,65	119,17	940,58	0,36	30,39	0,78	5,65	275,30	99,30	452,12	7,77	111,11		
Всего за день:			50,90	47,40	173,70	1342,80	0,55	34,79	0,83	7,50	446,01	134,75	629,72	10,22			

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА