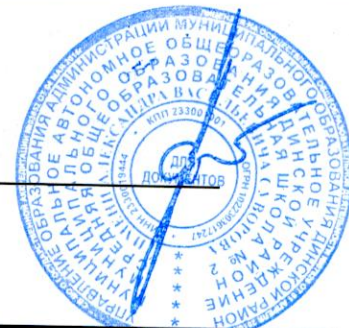


Утверждаю
Директор



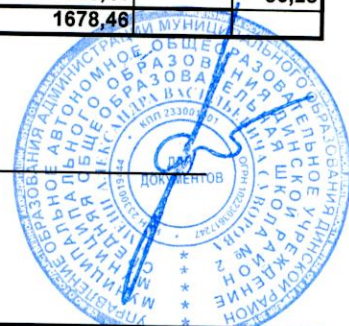
Меню
" 22 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,70	11,51	40,83	305,69	173	32,86
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	19,76
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	1,90
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
	Дополн. питание: фрукт в ассортимент.	220						30,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	19,38	18,01	77,73	560,03		114,17
ОБЕД	Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	13,89
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	79,99
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	34,02
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,52
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,04
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
	Дополн. питание: фрукт в ассортимент.							30,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	25,46	26,87	107,39	792,02		197,89
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	34,93
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		440	11,89	11,67	39,37	326,41		56,28
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	56,73	56,55	224,49	1678,46		

Ст. повар 

Утверждаю
Директор



Меню
" 23 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	40	0,60	2,04	3,52	34,78	52	8,17
	Плов из свинины	120	20,64	7,44	25,56	252	265	46,27
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,3
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
	Дополн. питание: печенье в индивид. упаковке							30,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	26,70	10,34	89,70	548,8		115,08
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	10,10
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71	6,55
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	87,25
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	203	19,60
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	14,84
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	1,9
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,3
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	Дополн. питание: печенье в индивид. упаковке							30,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	29,30	24,86	119,66	784,51		185,11
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	100	3,97	5,19	20,04	145,43	173	26,62
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	10,22	8,59	59,59	356,87		44,52
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1700	66,22	43,79	268,95	1690,18		


Ст. повар 

Меню
" 24 " апреля 2024г.

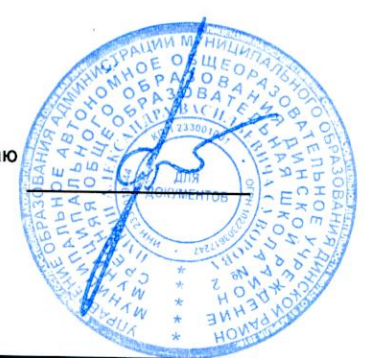


Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	58,96
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	12,37
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Дополн. питание: сок 0,2+вафля 20гр в индивид. упаковке							
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	26,57	18,36	74,79	564,94		124,01
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	51,51
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	100,96
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	25,58
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Дополн. питание: сок 0,2+вафля 20гр в индивид. упаковке							
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	25,44	22,11	120,58	754,22		226,11
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	H	26,09
	Кисломолочный продукт 150	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	14,59
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	9,49	10,87	40,94	341,6		53,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	61,50	51,34	236,31	1660,76		

Ст. повар 


Утверждаю
Директор



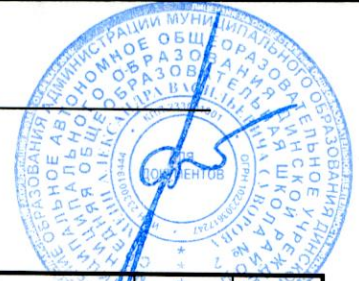
Меню
" 25 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	7,88
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	102,13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	14,99
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	Фрукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	12,57
	Дополн. питание: фрукт в ассорт.	220						
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	19,66	21,39	73,55	577,9		177,43
ОБЕД	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	10,33
	Морковь тушеная с луком	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	5,51
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	61,05
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	13,36
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,39
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,04
	Дополн. питание: фрукт в ассорт.	220						
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	24,92	18,20	130,32	785,92		138,44
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	100/20	13,61	11,49	23,83	303,83	222	60,48
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	13,75	11,49	34,01	344,73		65,76
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	58,33	51,08	237,88	1708,55		

Ст. повар 


Утверждаю
Директор



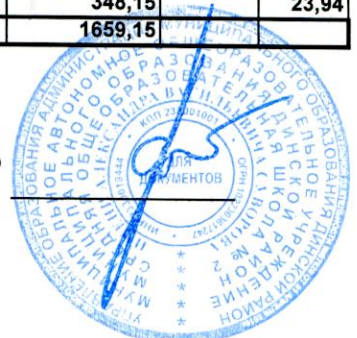
Меню
" 26 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	4,37
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	89,36
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	13,36
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак							30,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	24,62	21,63	83,23	574,4		150,21
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	7,79
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	4,68
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	19,19
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	14,84
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
Дополн. питание: сок 0,2+ирис 25гр в инд.упак								30,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		870	25,36	27,00	113,45	736,6		167,93
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	11,67
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	3,48
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	8,70	8,64	60,89	348,15		23,94
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		

Ст. повар 

Утверждаю
Директор



Меню
" 27 " апреля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4	182	27,36
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	19,76
	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14	10,66
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	14,99
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	3,08
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
Дополн. питание: фрукт в ассорти.		220						30,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	15,32	22,10	73,21	556,98		121,47
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	10,10
	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Фрукты св.	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
Дополн. питание: фрукт в ассорти.		220						30,00
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	29,68	28,80	115,88	796,19		194,84
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	150	10,29	16,65	29,44	313,29	204	52,38
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	10,55	16,65	36,68	344,11		57,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1740	55,55	67,55	225,77	1697,28		

Ст. повар 

Утверждаю
Директор



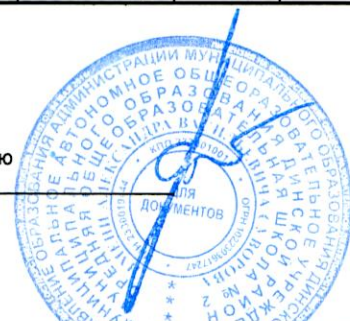
Меню
" 22 " апреля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	34,34
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	29,64
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,81	22,63	88,13	659,47		99,69
ОБЕД	Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	116,72	97	20,83
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	79,99
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	321	48,60
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,52
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,52	28,47	111,52	825,53		188,45
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	51,12
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	15,17	17,00	39,14	398,61		70,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	65,50	68,10	268,79	1883,61		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор



Меню
" 23 " апреля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	12,26
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	77,12
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	33,17	13,32	130,55	763,11		120,62
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	15,15
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	100	0,70	0,10	1,90	12	71	16,38
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	87,25
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	23,52
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	33,24	27,61	147,02	922,21		179,60
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (с маслом)	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	38,66
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	13,00	11,29	74,44	407,32		58,26
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	68,41	59,66	291,00	1993,46		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор



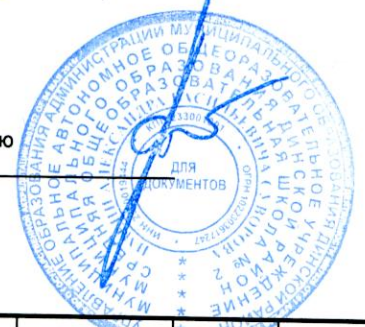
Меню
" 24 " апреля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	58,96
	Рагу из овощей (завтрак)	180	3,01	4,90	16,74	124,6	143	17,13
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	14,84
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	27,81	19,77	81,85	622,23		98,60
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104	77,27
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100	100/100	10,83	13,12	11,34	207,12	229	129,35
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	25,58
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,04
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	28,65	26,56	139,75	877,5		252,00
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	H	26,09
	Кисломолочный продукт 200	200	5,80	5,00	8,00	106	386-1	19,45
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	8,54	12,12	39,94	387,6		58,11
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1725	65,00	58,45	261,54	1887,38		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор



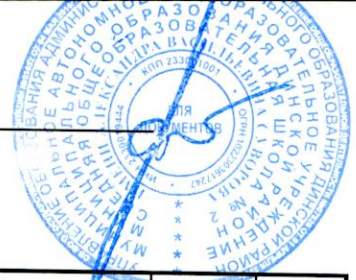
Меню
" 25 " апреля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20	54	73-1	11,82
	Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	283,36	211	128,77
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	14,99
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	Фрукты св. (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	22,44	25,17	68,55	622,48		179,54
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	81	20,29
	Морковь тушеная с луком	100	1,23	0,09	20,48	81,7	62	13,78
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	61,05
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	171	16,04
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,39
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08	
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	26,82	20,23	144,06	863,3		128,38
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	120/30	16,33	13,79	28,60	364,6	222	84,41
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,00	10,18	40,9	376	5,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	16,47	13,79	38,78	405,5		89,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1815	65,73	59,19	263,39	1891,28		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор



Меню
" 26 " апреля 2024г.

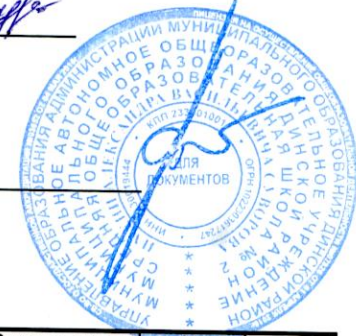
Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1	6,55
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	89,36
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150	171	13,36
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	27,78	23,04	100,54	650,38		123,19
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	11,68
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47	7,80
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80
	Пюре картофельное (обед)	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	23,03
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,04
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ОБЕД		1010	28,30	31,44	134,94	858,45		152,58
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,87	8,82	21,40	198,65	120	22,07
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	3,48
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		505	10,26	12,07	64,62	406,25		32,64
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2110	66,34	66,55	291,50	1915,08		

Ст. повар _____

Рыба

Утверждаю
Директор



Меню
" 27 " апреля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	200	5,10	8,66	32,42	233,86	182	34,20
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	29,64
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	10,66
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	19,26	21,14	86,13	675,11		93,20
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	15,15
	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100/20	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	28,55
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
ИТОГО ЗА ОБЕД		975	31,94	32,87	133,12	901,1		180,01
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	180	12,35	19,98	35,33	375,95	204	61,59
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	12,61	19,98	42,57	406,77		66,87
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1945	63,81	65,99	261,82	1982,98		

Ст. повар _____

Рыба