



«13» июня 2023г.

**Завтрак от 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Масло сливочное	15	0,15	10,8	0,15	99		
2	Каша жидкая (манная)	200	3,02	3,87	25,31	148	185	
3	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	14,96	97,13	ТТК № 14	
4	Хлеб пшеничный	25	1,87	0,15	13,07	58,25		
5	Пирожки с повидлом или пирожки с повидлом промышленного производства в индивидуальной упаковке	60	3,50	3,75	34,77	186,83	454	
6	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	106,00		
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>700</b>	<b>17,51</b>	<b>26,25</b>	<b>96,26</b>	<b>695,21</b>		

**Обед учащихся от 12 лет и старше**

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Помидор свежий	100	1,1	0,2	3,8	24		
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,74	4,88	8,48	84,75	67	
3	Жаркое по-домашнему	300	19,5	12	33,3	324		
4	Кисель из сушеных фруктов	200	0,23	0,01	35,27	142,2	379	
5	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,4	0,4	9,8	47		
6	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,42	36,54	163,1		
7	Хлеб ржаной	70	4,76	0,84	32,48	150,5		
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1090</b>	<b>33,05</b>	<b>18,75</b>	<b>159,7</b>	<b>935,55</b>		
	<b>Итого за день</b>							<b>218</b>

Повар \_\_\_\_\_



Меню  
 «13» июля 2023г.

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66		
2	Каша жидкая (манная)	200	3,02	3,87	25,31	148	185	
3	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	14,96	97,13	395	
4	Хлеб пшеничный	25	1,87	0,15	13,07	58,25		
5	Пирожки с повидлом или пирожки с повидлом промышленного производства в индивидуальной упаковке	60	3,50	3,75	34,77	186,83	454	
6	Итого за завтрак:	495	11,66	17,65	88,21	556,21		

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углевод			
1	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	14,4		
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,74	4,88	8,48	84,75	67	
3	Жаркое по-домашнему	250	16,25	10	27,7	270		
4	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,03	27,7	113	376	
5	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47		
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
7	Хлеб ржаной	60	4,08	0,72	27,84	129		
	Итого за обед:	970	27,37	16,45	129,9	774,65		
	Итого за день							178

Повар