

День 6

Меню на 23.06 2025

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептов	№Рецептуры
	г.		г.	г.	г.	ккал		
Каша манная молочная	250	24,13	8,02	6,12	42,46	257,00	НИИ гигиены 2020	54-9к-2020
Круассан с ванилью	100	30	0,08	7,25	0,13	66,00	Пром	
Чай черный байховый с сахаром	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
Батон нарезной	60	6,64	2,80	0,80	20,00	105,60	Сборник рецептов 2012	125
Итого за Завтрак	610,00	66,79	11,10	14,17	66,99	455,00		

ОБЕД

Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	7,31	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептов 2015	70
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300	13,99	2,58	7,32	15,57	138,51	НИИ гигиены 2020	54-1с-2020
Макаронны отварные	200	6,47	6,70	7,10	46,60	277,33	НИИ гигиены 2020	54-1г-2020
Котлеты из курицы	120	52,99	19,33	4,80	12,53	171,10	НИИ гигиены 2021	54-4м-2020
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	9,56	0,30	0,00	6,70	27,60	НИИ гигиены 2020	54-1гн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеваный	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб. по орг. питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб. по орг. питания 2012	13003
Итого за Обед	940	94,32	38,47	20,44	132,08	877,94		
Итого за день	1550,00	161,11	49,57	34,61	201,07	1332,94		

Утверждаю

Директор школы

