

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Меню
"05" сентября 2023г.

"05" сентября 2023г.

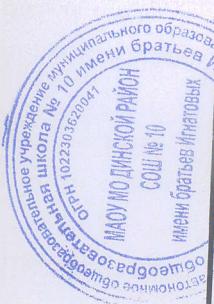
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурь	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	
	Хлеб-пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	580	33,17	13,32	130,55	763,11			
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	100	0,70	0,10	1,90	12	71	
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ОБЕД	1000	33,24	27,61	147,02	922,21			
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшененной крупы (с маслом)	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	390	13,00	11,29	74,44	450,94			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	79,41	52,22	352,01			2136,26

Ст. повар Юлия Николаевна Чечетова,
С.п. № 10

Меню

"05" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет



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

Ст. повар *Юлия Баландинцева*