

Меню  
" 01 " марта 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 10</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Кукуруза консервированная**	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	24,64	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>								
<b>ОБЕД</b>	Суп-лапша домашняя	510	24,62	21,63	83,23	574,4		120,21
	Салат из квашеной капусты**	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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	870	25,36	27,00	113,45	736,6		137,93
	Чай с сахаром	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	11,67
	Хлеб пшеничный 40	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
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>								
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>								
		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		23,94

Ст. повар

*Субботина И.И.*



Утверждено  
Директор

Меню  
" 01 " марта 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

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

Ст. повар

*А. Бандура*