



Меню  
" 01 " апрель 2025г.

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	8,89
	Плов из свинины	120	20,64	7,44	25,56	252	265	58,36
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	38,31
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67
	Фрукты**	100	0,80	0,30	9,60	44	338	16,07
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>520</b>	<b>26,70</b>	<b>10,34</b>	<b>89,70</b>	<b>548,8</b>		<b>129,59</b>
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	13,20
	Овощи свежие натуральные (помидоры в нарезке)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71	12,29
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом) 100/20	120	17,39	12,93	14,10	239,67	269	103,05
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	203	25,09
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	2,09
Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67	
Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>850</b>	<b>29,54</b>	<b>24,92</b>	<b>120,80</b>	<b>790,51</b>		<b>196,56</b>
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	100	3,97	5,19	20,04	145,43	173	28,58
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	23,31
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,4
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>10,22</b>	<b>8,59</b>	<b>59,59</b>	<b>356,87</b>		<b>55,29</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1700</b>	<b>66,46</b>	<b>43,85</b>	<b>270,09</b>	<b>1696,18</b>		

Ст. повар *А. В. Мещеряков*

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Меню  
"01" апреля 2025г.

Утверждаю  
Директор



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 7</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	13,34
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	94,37
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	38,31
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,11
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
	Фрукты*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	16,07
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>580</b>	<b>33,17</b>	<b>13,32</b>	<b>130,55</b>	<b>763,11</b>		<b>170,74</b>
<b>ОБЕД</b>	Рассольник	250	11,25	5,33	24,80	116,27	94	19,80
	Овощи свежие натуральные (помидоры в нарезке)	100	1,10	0,20	3,80		22	30,71
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом) 100/20	120	23,17	12,93	14,10	239,67	269	103,05
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	27,68	8,24	41,96	273,19	203	29,01
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1000</b>	<b>33,64</b>	<b>27,71</b>	<b>148,92</b>	<b>932,21</b>		<b>229,57</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	42,77
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	23,31
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>390</b>	<b>13,00</b>	<b>11,29</b>	<b>74,44</b>	<b>407,32</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1970</b>	<b>79,81</b>	<b>52,32</b>	<b>353,91</b>	<b>2102,64</b>		

Ст. повар

*Ю. В. Мамонтов*