



Меню  
" 04 " февраля 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 2</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>								
	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,77	1,64	3,75	33,05	45	4,87
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	84,13
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	159,36	203	16,73
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	5,29
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,67
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>500</b>	<b>18,96</b>	<b>15,33</b>	<b>75,03</b>	<b>535,21</b>		<b>120,97</b>
<b>ОБЕД</b>								
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	82	12,87
	Салат из свеклы отварной**	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	13,34
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом) 100/5	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	62,78
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	32,81
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,40
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,67
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	6,81
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>830</b>	<b>25,18</b>	<b>20,38</b>	<b>121,56</b>	<b>772,11</b>		<b>156,78</b>
<b>ПОЛДНИК</b>								
	Вареники ленивые отварные (с молоком сгущенным) 90/20	110	10,64	7,37	21,11	200,06	218	81,23
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	17,06
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	3,97
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>330</b>	<b>15,24</b>	<b>10,29</b>	<b>45,25</b>	<b>341,08</b>		<b>102,26</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1640</b>	<b>59,38</b>	<b>56,00</b>	<b>241,84</b>	<b>1648,4</b>		

Ст. повар

*[Подпись]*



