



Утверждаю
Директор

Меню

" 04 " октября 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47	3,76
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,80
	Пюре картофельное (завтрак)	100	1,85	2,92	11,90	81,59	312	13,02
	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	H	3,06
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	590	19,25	18,83	80,19	563,6		128,61
	Котлеты домашние (свин/говяж)	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	11,44
	Рагу из овощей (обед)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	97,81
	Компот из сухофруктов	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03
	Хлеб пшеничный 45	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	11,00
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,90
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	765	26,52	32,94	102,64	800,54		145,78
	Чай с лимоном и сахаром	80	6,40	8,80	32,00	248	H	34,79
	Фрукты св. (яблоко)*	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,59
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
		1735	52,83	56,97	231,87	325,82		52,95

Ст. повар

Афимович

