



Меню

" 05 " февраля 2025г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 3								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога (завтрак)	200	20,12	19,00	54,00	428,5	223	133,36
	Молоко ступенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,4	Н	9,10
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	5,42
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	5,29
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			25,32	21,50	101,24	654,78		169,24
ОБЕД	Суп с бобовыми (горох)	250	3,40	5,50	6,00	97,5	119	12,60
	Овощи натуральные солен (помидоры)**	100	1,10	0,20	3,80	22	71/3	20,48
	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами	280	19,15	17,70	40,91	531,1	258/1	155,54
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	12,30
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	5,29
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	4,65
ИТОГО ЗА ОБЕД			28,85	24,24	105,85	885,92		210,86
ПОЛДНИК	Омлет с сыром	150	12,20	16,30	4,85	248,29	211	97,71
	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
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			15,97	17,00	49,34	394,16		139,28
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			70,14	62,74	256,43	1934,86		

Ст. повар *А.В. Борова*