



Утверждаю  
Директор

Меню  
" 11 " сентября 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

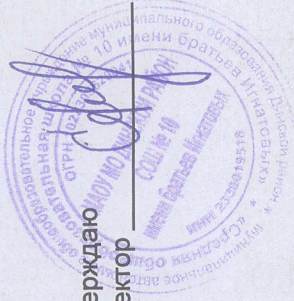
| Прием пищи              | Наименование блюда                                       | Вес блюда | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры   | Цена         |
|-------------------------|--|-----------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
|                         |  |           | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |               |              |
| <b>День 8</b>           |  |           |                  |              |               |                         |               |              |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Птица тушеная в соусе (завтрак)                          | 100       | 15,95            | 11,11        | 3,38          | 177,95                  | 290           | 58,96        |
|                         | Рагу из овощей (завтрак)                                 | 130       | 2,17             | 3,54         | 12,09         | 89,99                   | 143           | 12,37        |
|                         | Какао с молоком  | 200       | 3,88             | 3,10         | 25,06         | 147,36                  | 382           | 16,30        |
|                         | 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>26,57</b>     | <b>18,36</b> | <b>74,79</b>  | <b>564,94</b>           |               | <b>95,46</b> |
| <b>ОБЕД</b>             | Суп картофельный с мясными фрикадельками                 | 200       | 6,28             | 5,04         | 18,72         | 126,34                  | 104           | 54,36        |
|                         | Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60 | 160       | 10,13            | 10,07        | 6,81          | 158,22                  | 229           | 118,43       |
|                         | Рис отварной (обед)                                      | 180       | 4,37             | 6,44         | 44,03         | 251,64                  | 304           | 25,58        |
|                         | Компот из сухофруктов                                    | 200       | 0,16             | 0,16         | 15,90         | 64,28                   | 349           | 11,00        |
|                         | 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         |
|                         | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                                     |           |                  | <b>25,04</b> | <b>22,25</b>  | <b>114,74</b>           | <b>728,72</b> |              |
| <b>ПОЛДНИК</b>          | Духовые пирожки с смородиной                             | 60        | 2,34             | 6,72         | 22,14         | 204,6                   | H             | 26,09        |
|                         | Кисломолочный продукт 150                                | 150       | 6,75             | 3,75         | 9,00          | 90                      | 386-3         | 14,59        |
|                         | Фрукты св. (яблоко)*                                     | 100       | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 47                      | 338           | 12,57        |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  |           | <b>9,49</b>      | <b>10,87</b> | <b>40,94</b>  | <b>341,6</b>            |               | <b>53,25</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  |           | <b>61,10</b>     | <b>52,48</b> | <b>230,47</b> | <b>1635,26</b>          |               |              |

Ст. повар  
*А. В. Валеев*

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Меню  
" 11 " сентября

2024г.



Утверждаю  
Директор

| Прием пищи        | Наименование блюда   | Вес блюда            | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры  | Цена          |
|-------------------|--|----------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|---------------|
|                   |  |                      | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |              |               |
| День 8<br>ЗАВТРАК | Птица тушенная в соусе (завтрак)                           | 100                  | 15,95            | 11,11        | 3,38          | 177,95                  | 290          | 58,96         |
|                   | Рагу из овощей (завтрак)                                   | 180                  | 3,01             | 4,90         | 16,74         | 124,6                   | 143          | 17,13         |
|                   | Какао с молоком  | 200                  | 3,88             | 3,10         | 25,06         | 147,36                  | 382          | 16,30         |
|                   | Хлеб пшеничный 45  | 45                   | 3,56             | 0,45         | 21,73         | 96,12                   | H            | 4,59          |
|                   | Хлеб ржаной 30   | 30                   | 1,41             | 0,21         | 14,94         | 64,2                    | H            | 3,08          |
|                   | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                                    | <b>555</b>           | <b>27,81</b>     | <b>19,77</b> | <b>81,85</b>  | <b>622,23</b>           |              | <b>100,05</b> |
| ОБЕД              | Суп картофельный с мясными фрикадельками                   | 250                  | 7,85             | 6,30         | 23,40         | 157,92                  | 104          | 81,54         |
|                   | Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100 | 200                  | 10,83            | 13,12        | 11,34         | 207,12                  | 229          | 131,74        |
|                   | Рис отварной (обед)  | 180                  | 4,37             | 6,44         | 44,03         | 251,64                  | 304          | 25,58         |
|                   | Компот из сухофруктов                                      | 200                  | 0,56             | 0,02         | 21,74         | 89,78                   | 349          | 11,00         |
|                   | Хлеб пшеничный 40  | 40                   | 3,16             | 0,40         | 19,32         | 85,44                   | H            | 4,76          |
|                   | Хлеб ржаной 40   | 40                   | 1,88             | 0,28         | 19,92         | 85,6                    | H            | 4,04          |
|                   |  | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b> | <b>810</b>       | <b>28,65</b> | <b>26,56</b>  | <b>139,75</b>           | <b>877,5</b> |               |
| ПОЛДНИК           | Духовые пирожки с смородиной                               | 60                   | 2,34             | 6,72         | 22,14         | 204,6                   | H            | 26,09         |
|                   | Кисломолочный продукт 200                                  | 200                  | 5,80             | 5,00         | 8,00          | 106                     | 386-1        | 19,45         |
|                   | Фрукты св. (яблоко)*                                       | 100                  | 0,40             | 0,40         | 9,80          | 47                      | 338          | 12,57         |
|                   | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>                                    | <b>360</b>           | <b>8,54</b>      | <b>12,12</b> | <b>39,94</b>  | <b>387,6</b>            |              | <b>58,11</b>  |
|                   | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                                      | <b>1725</b>          | <b>65,00</b>     | <b>58,45</b> | <b>261,54</b> | <b>1887,38</b>          |              |               |

Ст. повар