



Утверждаю
Директор

Меню

" 15 " января 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6 ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	34,34
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	29,64
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
	Итого за ЗАВТРАК	550	23,81	22,63	88,13	659,47		99,69
	Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	116,72	97	20,83
ОБЕД	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	79,99
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	321	48,60
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,52
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
	Итого за ОБЕД	860	26,52	28,47	111,52	825,53		188,45
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	51,12
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
Итого за ПОЛДНИК	480	15,17	17,00	39,14	398,61		70,78	
Итого за ДЕНЬ:		1890	65,50	68,10	268,79			

Ст. повар

Л. С. Савицкая