



**Меню**

"16" января 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 9</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	9,28
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	105,83
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	16,15
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	Фрукты св. (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>								
<b>ОБЕД</b>	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	10,33
	Салат из св. моркови с сахаром**	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	5,51
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	70,89
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	13,36
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,39
	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>ПОЛДНИК</b>	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стуженным) 100/20	120	13,61	11,49	23,83	303,83	222	71,95
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,59
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>							
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>								
		1650	58,33	52,08	237,88	1708,55		

Ст. повар *А. П. Мещеряков*





Меню

" 16 "января 2025г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9 ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20	54	73-1	11,62
	Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	283,36	211	133,71
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	16,15
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	Фрукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>22,44</b>	<b>25,17</b>	<b>68,55</b>	<b>622,48</b>		<b>185,45</b>
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	81	20,29
	Салат из моркови с сахаром**	100	1,23	0,09	20,48	81,7	62	13,78
	Тефтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	70,89
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	171	16,04
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,39
ИТОГО ЗА ОБЕД	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 ОБЕД</b>	<b>900</b>	<b>26,82</b>	<b>20,23</b>	<b>144,06</b>	<b>863,3</b>		<b>138,22</b>
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стученным) 120/30	150	16,33	13,79	28,60	364,6	222	80,95
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,00	10,18	40,9	376	5,59
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>350</b>	<b>16,47</b>	<b>13,79</b>	<b>38,78</b>	<b>405,5</b>		<b>86,54</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>65,73</b>	<b>59,19</b>	<b>263,39</b>	<b>1891,28</b>		

Ст. повар

*А.И.Игнатович*