



Утверждаю
Директор

Меню

" 18 " февраля 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Салат из белокочанной капусты (завтрак)**	40	0,77	1,64	3,75	33,05	45	4,87
	Тертели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	84,13
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	159,36	203	16,73
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			18,96	15,33	75,03	535,21		120,97
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	82	12,87
	Салат из свеклы отварной**	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	13,34
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом) 100/5	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	62,78
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	32,81
	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	3,40
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
ИТОГО ЗА ОБЕД			25,18	20,38	121,56	772,11		156,78
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные (с молоком стученным) 90/20	110	10,64	7,37	21,11	200,06	218	81,23
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	17,06
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	3,97
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			15,24	10,29	45,25	341,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			59,38	56,00	241,84	1648,4		

Ст. повар *А.А. Мамонтова*



Утверждаю
Директор

Меню

" 18 " февраля 2025г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК								
	Салат из белокачанной капусты (завтрак)**	60	1,16	2,47	5,63	49,57	45	7,33
	Тертели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	84,13
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	150	5,82	7,67	33,61	229,16	203	25,09
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	5,11
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	585	22,16	18,84	95,50	660,2		132,48
ОБЕД								
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,17	13,40	108,55	82	19,31
	Салат из свеклы отварной**	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	22,24
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом) 100/5	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	62,78
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	32,18
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	5,11
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	ИТОГО ЗА ОБЕД	945	27,85	23,27	139,98	878,44		174,07
ПОЛДНИК								
	Вареники ленивые отварные (с молоком гущеным)	125	11,82	8,19	23,45	222,29	218	92,30
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	17,06
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	355	17,21	11,21	52,42	384,67		112,76
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1860	67,22	58,27	287,90	1923,31		

Ст. повар

А.В. Бондарь