

Утверждаю  
Директор



Меню  
" 19 " февраля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 1</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4	182	27,36
	Сыр (порц.ц.) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	19,76
	Масло (порц.ц.)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14	10,66
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	14,99
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	3,08
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>530</b>	<b>15,32</b>	<b>22,10</b>	<b>73,21</b>	<b>556,98</b>	
<b>ОБЕД</b>								
	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	10,10
	Котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	19,03
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>29,68</b>	<b>28,80</b>	<b>115,88</b>	<b>796,19</b>		<b>164,84</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Макаронные отварные с сыром	150	10,29	16,65	29,44	313,29	204	52,38
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>10,55</b>	<b>16,65</b>	<b>36,68</b>	<b>344,11</b>		<b>57,66</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1740</b>	<b>55,55</b>	<b>67,55</b>	<b>225,77</b>	<b>1697,28</b>		

Ст. повар

*Р.Ф. Бондаренко*



Утверждаю  
Директор

**Меню**

" 19 " февраля 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 1 ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)	200	5,10	8,66	32,42	233,86	182	34,20	
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,21	15	29,64	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,33	379	10,66	
	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	
	Хлеб ржаной 30	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	Фрукты св, (яблоко)*	590	19,26	21,14	86,13	675,11		108,19	
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	15,15
	ОБЕД	Рассольник	100/20	18,52	11,88	16,82	244,43	268	105,79
		Котлеты, биточки, шницели (говядина)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	28,55
Рагу из овощей (обед)		200	0,68	0,28	20,76	88,2	388	10,28	
Напиток из плодов шиповника		45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59	
Хлеб пшеничный 45		45	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08	
Хлеб ржаной 30		30	0,80	0,30	9,60	44	338	12,57	
Фрукты (слива)*		100	31,94	32,87	133,12	901,1		180,01	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			975	12,35	19,98	35,33	375,95	204	61,59
ПОЛДНИК	Макаронные отварные с сыром	180	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28	
	Чай с лимоном и сахаром	200	12,61	19,98	42,57	406,77		66,87	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		380	63,81	65,99	261,82	1982,98			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		1945							

Ст. повар

*С.А. Мигунов*