



Утверждаю
Директор

Меню

" 21 " января 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	3,71
	Тестели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	70,89
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	100	3,88	5,11	22,41	159,36	203	13,07
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,59
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			18,96	15,33	75,03	535,21		100,32
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,14	10,72	86,84	82	10,89
	Салат из свеклы отварной**	60	0,90	2,46	5,28	46,78	52	12,26
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом) 100/5	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	62,33
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	27,48
	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	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,30
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
ИТОГО ЗА ОБЕД			25,18	20,38	121,56	772,11		147,23
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные (с молоком стученным) 90/20	110	10,64	7,37	21,11	200,06	218	58,28
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	16,15
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	3,57
	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. В. Барановский



Утверждаю
Директор

Меню
" 21 " января 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	5,56
	Тфтели 2-й вариант 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	70,89
	Макаронные изделия отварные с маслом (завтрак)	150	5,82	7,67	33,61	229,16	203	19,60
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,59
	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			22,16	18,84	95,50	660,2		109,31
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,17	13,40	108,55	82	16,34
	Салат из свеклы отварной**	100	1,50	4,10	8,80	77,96	52	20,44
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом) 100/5	105	14,85	6,55	7,97	147,17	234	62,33
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125	27,48
	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	4,59
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,08
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
ИТОГО ЗА ОБЕД			27,85	23,27	139,98	878,44		163,16
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные (с молоком суспенным)	125	11,82	8,19	23,45	222,29	218	66,23
	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
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			17,21	11,21	52,42	384,67	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			67,22	58,27	287,90	1923,31		

Ст. повар

Дубинская