



Меню

" 21 " 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 5								
ЗАВТРАК								
	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	11,08
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	72,04
	Пюре картофельное (завтрак)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	22,93
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	5,29
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,54
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	680	21,63	21,47	97,29	662,50		153,05
ОБЕД								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,95	20,70	122,05	103	21,18
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	115,23
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	37,71
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	38,31
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,40
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	3,54
	ИТОГО ЗА ОБЕД	860	27,26	36,33	109,41	863,89		219,37
ПОЛДНИК								
	Пирожки по-домашнему с картошкой	100	8,00	11,00	40,00	310	Н	43,49
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	400	8,66	11,40	57,04	396,24		66,84
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1940	57,55	64,22	263,74	1922,63		

Ст. повар