



Утверждаю
Директор

Меню

"21" ноября 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена	
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 9 ЗАВТРАК	Икра кабачковая промышл, 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	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	19,66	21,39	73,55	577,9		153,70	
	ОБЕД	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		
ИТОГО ЗА ОБЕД	790	24,92	18,20	130,32	785,92		118,28		
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стученым) 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	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	320	13,75	11,49	34,01	344,73		77,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1650	58,33	52,08	237,88	1708,55				

Ст. повар

Анна Владимировна



Меню

" 21 " ноября 2024г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	645	22,44	25,17	68,55	622,48		185,45
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
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	900	26,82	20,23	144,06	863,3		138,22
ПОЛДНИК								
	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стученым) 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
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	350	16,47	13,79	38,78	405,5		86,54
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1865	65,73	59,19	263,39	1891,28		

Ст. повар

А.А. Мамонтов