

Утверждаю
Директор



Меню
" 22 " декабря 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК								
	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1	6,55
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	87,00
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150	171	13,36
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,55
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	4,59
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,00
	Итого за ЗАВТРАК	595	27,78	23,04	100,54	650,38		121,06
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	10,63
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47	6,20
	Салат из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	71,09
	Отбивная из мяса птицы (курица)	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	19,53
	Пюре картофельное (обед)	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	16,90
	Сок фруктовый	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	4,76
	Хлеб пшеничный 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,00
	Хлеб ржаной 40	40	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
	Итого за ОБЕД	1010	28,30	31,44	134,94	858,45		145,68
ИТОГО ЗА ОБЕД								
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,87	8,82	21,40	198,65	120	23,27
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	11,50
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	3,48
	Итого за ПОЛДНИК	505	10,32	12,07	61,64	395,45		41,31
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
	Итого за ДЕНЬ:	2110	66,40	66,55	297,12	1904,28		

Ст. повар *А. Барановичева*