



Меню

" 26 " февраля 2024г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,70	11,51	40,83	305,69	173	32,86
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	19,76
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	Н	1,90
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	Н	24,37
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп картофельный	500	19,38	18,01	77,73	560,03		84,17
	Поджарка (свинина)	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	13,89
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	79,99
	Кисель из сока плодового с сахаром	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	34,02
	Хлеб пшеничный 30	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,52
	Хлеб ржаной 40	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	4,04
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	780	25,46	26,87	107,39	792,02		167,89
	Чай с сахаром	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	34,93
	Хлеб пшеничный 40	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	4,03
	Фрукты св. (яблоко)*	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	4,76
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
		1720	56,73	56,55	224,49	326,41		56,28
						1678,46		

Ст. повар

А. В. Мещеряков



Меню

" 26 " 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 6 ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	34,34
	Сыр (порции) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	29,64
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	5,28
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	24,37
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,81	22,63	88,13	659,47	
ОБЕД	Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	116,72	97	20,83
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	79,99
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	321	48,60
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	8,52
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,52	28,47	111,52	825,53		188,45
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	51,12
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,06
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	15,17	17,00	39,14	398,61		70,78
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	65,50	68,10	268,79	1883,61		

Ст. повар

Григорьевская