



Утверждаю
Директор

Меню

" 26 " ноября 2024г.

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	Н	4,76
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	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 свежкл 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	Н	3,06
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	2,30
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	6,81
	ИТОГО ЗА ОБЕД	830	25,18	20,38	121,56	772,11		147,23
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные (с молоком густенным) 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	Н	3,57
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	330	15,24	10,29	45,25	341,08		78,01
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	59,38	241,84	1648,4			

Ст. повар

А. В. Виноградова

