



Утверждаю
Директор

Меню
" 29 " февраля 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	7,88	
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52 211	102,13	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3 379	14,99	
	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	147,43
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	9,95	8,04	12,35	190,33 279	61,05	
	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	
ИТОГО ЗА ОБЕД	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	108,44	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком стуженным)	100/20	13,61	11,49	23,83	303,83 222	60,48	
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9 377	5,28	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	13,75	11,49	34,01	344,73	65,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	58,33	51,08	237,88	1708,55		

Ст. повар

Ирина Владимировна Иванова



Меню

" 29 " 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 9 ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20		54 73-1	11,82
	Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36		283,36 211	128,77
	Кофейный напиток с молчком	200	3,02	2,72	14,48		98,3 379	14,99
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73		96,12 Н	4,59
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96		120 Н	6,81
	Фрукты св. (груша)*	100	0,40	0,30	10,30		47 338	12,57
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	22,44	25,17	68,55	622,48	
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65		96,08 81	20,29
	Салат из св. моркови с сахаром**	100	1,23	0,09	20,48		81,7 62	13,78
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35		190,33 279	61,05
	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
ИТОГО ЗА ОБЕД	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32		85,44 Н	4,76
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94		64,2 Н	3,08
		900	26,82	20,23	144,06	863,3		128,38
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	120/30	16,33	13,79	28,60		364,6 222	84,41
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,14	0,00	10,18		40,9 376	5,28
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	320	16,47	13,79	38,78	405,5		89,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1815	65,73	59,19	263,39	1891,28		

Ст. повар

Татьяна Валерьевна Иванова