



Утверждаю
Директор

Меню

" 31 " марта 2025г.

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	33,59
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	25,42
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	2,09
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	19,38	18,01	77,73	560,03	
ОБЕД	Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	16,62
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	91,52
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	42,28
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	11,22
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,65
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	25,46	26,87	107,39	792,02		216,17
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	35,08
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	5,42
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		440	11,89	11,67	39,37	326,41		61,86
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	56,73	56,55	224,49	1678,46		

Ст. повар
Григорьевский Илья



Меню
31 " марта
2025г.

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	38,01
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	39,09
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,81	22,63	88,13	659,47		134,26
ОБЕД	Суп картофельный	250	12,52	2,98	19,85	116,72	97	23,83
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	2,54	284,05	251	91,52
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	321	60,39
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	11,22
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54	
Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48	
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,52	28,47	111,52	825,53		240,38
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	52,51
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	5,42
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	15,11	17,00	39,14	398,61		77,40
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	65,44	68,10	268,79	1883,61		

Ст. повар *А. Савицкий*