



Меню

" 23 " май 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5 ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47	7,39
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	65,68
	Пюре картофельное (завтрак)	100	1,85	2,92	11,90	81,59	312	15,29
	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	H	3,40
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
	Суп картофельный с макаронными изделиями	590	19,25	18,83	80,19	563,6		132,60
	Котлеты домашние (свин/говяж)	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	14,12
	Рагу из овощей (обед)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	106,33
	Компот из сухофруктов	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	25,14
	Хлеб пшеничный 45	45	0,56	0,02	21,74	89,78	349	38,31
ИТОГО ЗА ОБЕД	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,09
	Пирожки по-домашнему с картошкой	765	26,52	32,94	102,64	800,54		191,10
	Чай с лимоном и сахаром	80	6,40	8,80	32,00	248	H	27,15
	Фрукты св. (яблоко)*	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	380	7,06	9,20	49,04	325,82		50,50
		1735	52,83	56,97	231,87	1689,96		

Ст. повар



Меню

"23 " май 2025г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5 ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	11,08
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	65,68
	Пюре картофельное (завтрак)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	21,67
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	680	21,63	21,47	97,29	662,50		145,43
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,95	20,70	122,05	103	20,08
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	106,33
ОБЕД	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	37,71
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	38,31
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	860	27,26	36,33	109,41	863,89		209,37
ПОЛДНИК	Пирожки по-домашнему с картошкой	100	8,00	11,00	40,00	310	H	34,35
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	8,66	11,40	57,04	396,24		57,70
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1940	57,55	64,22	263,74	1922,63		

Ст. повар _____