



Утверждаю
Директор



27.09 Меню 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Рецепту	Цена
		Белки	Жиры	Углеводы			
День 3					385,65	223	69,39
ЗАВТРАК							
запеканка из творога	180	18,11	17,50	48,60	32,7	H	3,59
молоко сгущенное с сахаром	10	0,72	0,35	5,55	28,44		3,70
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	64,08	H	1,91
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	47		338
фрукты свежие	100	0,40	0,40	0,90			
					557,57		81,16
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	21,80	18,85	85,40	76	119	5,15
суп с бобовыми	200	2,72	4,40	4,80	13,2	71	6,56
овощи натуральные свежие	60	0,66	0,12	2,26			
мясо духовое (свинина с картофелем и овощами)	240	16,42	15,17	35,06	455,23	258/1	83,93
компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,76
Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,70	96,12	H	2,86
Хлеб ржаной	40	1,56	0,29	19,32	85,6	H	2,53
ИТОГО ЗА ОБЕД	765	25,40	20,58	99,69	742,43		110,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1725	58,31	56,70	228,04	1689,99		

Ст. повар *Вен*



Утверждаю
Директор



27.09 Меню 2023г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Рецепту	Цена
		Белки	Жиры	Углеводы			
День 3					428,5	223	69,29
ЗАВТРАК							
запеканка из творога	200	20,12	19,00	54,00	65,4	H	7,18
молоко сгущенное с сахаром	20	1,44	1,70	11,10	28,44		3,70
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	85,44	H	2,97
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	47		338
фрукты свежие	100	0,40	0,40	0,90			
					654,78		95,71
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	25,32	21,50	101,24	97,5	119	7,72
суп с бобовыми	250	3,40	5,50	6,00	22	71	10,92
овощи натуральные свежие	100	1,10	0,20	3,80			
мясо духовое (свинина с картофелем и овощами)	280	19,15	17,70	40,91	531,1	258/1	97,92
компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,76
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,97
Хлеб ржаной	40	1,56	0,29	19,32	85,6	H	2,53
ИТОГО ЗА ОБЕД	910	28,85	24,24	105,85	885,92		131,84
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1470	54,17	45,74	207,09	1540,7		

Ст. повар *Вен*