



Утверждаю
Директор



Меню
"5" 10 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Привести пищу	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш. производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	4,38
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	65,61
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,49
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	1,91
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	9,15
	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		105,1
ОБЕД	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	8,47
	Салат из св. моркови с сахаром**	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	4,39
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	56,61
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	11,64
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,76
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,97
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	2,53
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	24,92	18,20	130,32	785,92		96,39
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	58,33	51,08	237,88	1708,55		

Ст. повар



Утверждаю
Директор



Меню
"5" 10 2023г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Привести пищу	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	6,58
	Омлет с сыром	200	18,44	21,42	3,36	263,36	211	87,48
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,49
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,45	21,73	96,72	H	2,86
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	9,15
	Фрукты св. (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	12,57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		645	22,44	25,17	68,55	622,49		130,12
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	81	12,71
	Салат из св. моркови с сахаром**	100	1,23	0,09	20,48	81,7	62	10,98
	Тефтели 2-й вариант	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	56,61
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	171	13,97
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,78
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,97
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	26,82	20,23	144,06	863,3		108,96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1545	49,26	45,4	212,61	1485,79		

Ст. повар