

Согласовано:  
Директор

Утверждаю  
Директор



.. 9 .. 10 Меню 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 1</b>								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из крупы рисовой (с маслом)	150	3,82	6,49	24,31	175,4	182	17,15
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	14,3
	кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	9,1
	масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,8	14	11,49
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,42	0,40	9,80	47	338	1,91
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	1,95
	Хлеб ржаной 40	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	12,56
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>530</b>	<b>15,32</b>	<b>22,10</b>	<b>73,21</b>	<b>558,98</b>		<b>68,46</b>
ОБЕД	рассольник	200	2,00	4,20	19,54	93,02	94	9,6
	котлеты, биточки, шницели (говядина)	100	18,52	11,58	16,82	244,43	268	74,07
	рагу из овощей	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	17,13
	напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,29	29,76	88,2	388	10,67
	Хлеб пшеничный	40	3,18	0,40	19,32	85,44	H	2,97
	фрукты свжкие (слива)	100	0,30	0,30	9,80	44	338	1,4
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	12,56
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>890</b>	<b>29,58</b>	<b>24,80</b>	<b>116,88</b>	<b>790,19</b>		<b>128,4</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1740</b>	<b>55,53</b>	<b>59,55</b>	<b>36,68</b>	<b>1697,78</b>		

Ст. повар *dey*

Согласовано

Утверждаю  
Директор



.. 9 .. 10 Меню 2023г.

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 1</b>								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из крупы рисовой (с маслом)	200	5,10	8,56	32,42	233,86	182	28,58
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	21,45
	кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	11,49
	масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,8	14	9,1
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,42	0,40	9,80	47	338	12,57
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	1,91
	Хлеб ржаной 40	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,95
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>19,26</b>	<b>21,14</b>	<b>86,13</b>	<b>675,11</b>		<b>87,04</b>
ОБЕД	рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	14,4
	котлеты, биточки, шницели (говядина)	120	18,52	11,58	16,82	244,43	268	74,07
	рагу из овощей	250	4,47	14,12	24,47	247,88	143	25,69
	напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,29	29,76	88,2	388	10,67
	Хлеб пшеничный	45	3,56	0,43	21,73	96,12	H	2,86
	фрукты свжкие (слива)	100	0,30	0,30	9,80	44	338	1,4
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>975</b>	<b>31,94</b>	<b>32,87</b>	<b>133,12</b>	<b>901,1</b>		<b>142,2</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1565</b>	<b>51,2</b>	<b>54,01</b>	<b>219,25</b>	<b>1576,21</b>		

Ст. повар *dey*