



Согласовано
Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10 день
7-11 ЛЕТ

19.06.2022

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергет и- ческая ценнос
			Белки, г	Жиры, г	Углерод ы, г	

ЗАВТРАК

302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	200	7,1	5,7	32,6	210,0
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
			10,8	6,5	77,2	413,6

ОБЕД

	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	60	0,9	0,1	5,1	24,4
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	200	1,5	3,5	7,6	68,8
455	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК	90	8,0	7,9	12,1	151,2
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			21,8	16,4	115,2	696,6
			32,6	22,9	192,4	1 110,2

Утверждаю
Киселев Г.А.



Согласовано
Директор



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 12-18 лет

10 день 19.06.2024 г.

№ рецепту ры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	250	9,3	7,1	41,8	267,1
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
			13,0	7,9	86,4	470,7
ОБЕД						
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	100	1,5	0,1	8,5	40,7
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	250	1,9	4,1	9,5	82,6
455	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК №455	100	9,0	9,4	13,6	175,3
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	180	6,7	5,3	40,7	236,2
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7
			27,9	19,8	146,5	875,6
			40,9	27,7	232,9	1 346,3