

Утверждаю  
Киселев Г.А.



Согласовано  
Директор

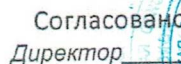


## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

12-18 лет

1 день 20.06.2024

| №<br>рецептур<br>ы | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |             | Энергети-ческая<br>ценность, ккал |
|--------------------|------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-----------------------------------|
|                    |                                                |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                   |
| ЗАВТРАК            |                                                |                 |                  |         |             |                                   |
| 302                | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ<br>ТК №82 | 250             | 7,1              | 3,9     | 42,2        | 232,4                             |
| 337                | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                      | 1               | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                              |
|                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 50              | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                             |
| 392                | ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                           | 200             | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                              |
|                    |                                                |                 | 16,4             | 9,2     | 77,6        | 459,1                             |
| ОБЕД               |                                                |                 |                  |         |             |                                   |
|                    | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                                | 100             | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                              |
| 87                 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК<br>№47    | 250             | 1,9              | 4,1     | 9,5         | 82,6                              |
| 247                | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ № 247                  | 100             | 10,9             | 5,1     | 2,8         | 100,0                             |
| 513                | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513                 | 180             | 4,8              | 5,1     | 47,3        | 254,5                             |
| 639                | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №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                             |
|                    |                                                |                 | 17,0             | 16,6    | 139,6       | 776,9                             |
|                    |                                                |                 | 33,4             | 25,8    | 217,2       | 1 236,0                           |



### 7-11 ЛЕТ

1 день 20.06.2024г

| №<br>рецеп-<br>туры | Прием пищи, наименование блюда              | Масса<br>порции | Пищевые вещества |         |                | Энергети-<br>ческая<br>ценность, ккал |
|---------------------|---------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|----------------|---------------------------------------|
|                     |                                             |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы,<br>г |                                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>      |                                             |                 |                  |         |                |                                       |
| 302                 | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82 | 200             | 5,5              | 3,4     | 32,4           | 181,8                                 |
| 337                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                   | 1               | 5,5              | 5,0     | 0,3            | 68,6                                  |
| 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                        | 200             | 0,1              | 0,0     | 10,8           | 43,3                                  |
|                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 50              | 3,7              | 0,3     | 24,3           | 114,8                                 |
|                     |                                             |                 | 14,8             | 8,7     | 67,8           | 408,5                                 |
| <b>ОБЕД</b>         |                                             |                 |                  |         |                |                                       |
|                     | 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                                  |
| 247                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ ТК №247            | 90              | 10,9             | 5,1     | 2,8            | 100,0                                 |
| 513                 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513              | 180             | 4,8              | 5,1     | 47,3           | 254,5                                 |
| 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 ПЕКЛЕВАНЫЙ                             | 40              | 2,5              | 0,4     | 16,5           | 79,2                                  |
|                     |                                             |                 | 24,0             | 14,4    | 119,2          | 703,1                                 |
|                     |                                             |                 | 38,8             | 23,1    | 187,0          | 1 111,6                               |