

от директора
ГБОУ Центрального детского ОМ
Евгений Временев Е.Н.

Утверждено

Ежедневное меню
10 день
7-11 лет



22.09.2024

Высшее питание

№ рецепт	Наименование блюда	Цена	Масса порция	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал
				Белок, г	Жир, г	Углевод, г	
	ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ДОБИТЕЛЬСКИЕ"		90	11,60	8,30	5,90	119,00
304	РИС ОТВАРНОЙ №304		150	3,80	6,90	38,90	219,30
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец с., помидор с., капуста белокочанная, морковь, лук репчатый)		60	0,60	0,10	1,70	13,20
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		180	0,27	0,00	13,63	54,00
ГТК №68	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ ГТК №68		50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:		530	19,57	15,90	77,23	496,00
	ПОЛДНИК						
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ		100	8,39	6,33	59,12	334,50
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА №348		200	0,50	0,10	27,40	112,60
	Итого за прием пищи:		300	9,38	6,98	86,52	447,10
	Всего:		830	28,95	22,78	163,75	943,10

12-18 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Цена	Масса порция	Пищевые вещества			Энерг. 373,00
				Белок, г	Жир, г	Углевод, г	
	ЗАВТРАК						
390	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ДОБИТЕЛЬСКИЕ"		100	12,90	9,20	6,50	132,20
304	РИС ОТВАРНОЙ №304		180	4,50	8,10	46,70	263,10
70,71,80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец с., помидор с., капуста белокочанная, морковь, лук репчатый)		100	1,00	0,10	2,90	22,00
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		180	0,27	0,00	13,63	54,00
ГТК №68	ХЛЕБ ПЕЧЕНАЯНЫЙ ГТК №68		50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:		610	22,00	18,12	86,83	561,80
	ПОЛДНИК						
	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ		100	8,38	6,88	59,12	334,50
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА №348		250	0,62	0,10	34,25	140,75
	Итого за прием пищи:		350	9,50	6,98	93,37	475,25
	Всего:		960	31,50	25,10	180,20	1037,10

Повар: Временев Е.Н. / Временев Е.Н.
Отв. за питание: Ковалев / Курбанова С.А.