

Внуково и К. О. Кузнецов-Росновский 1917

02.06.2022

Утвєждано Директор ООО

Примерное 12-ти дневное меню

В период каникул при 2-х разовом питании

1 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Цена рубл	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
1 день									
Завтрак									
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром		250	6,62	7,12	31,62	217,9	20,89	54-27к	2022г
Пряник		70	4,20	6,52	49,77	274,45	25	п.г	
Чай с сахаром и лимоном		207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022г
Итого за прием пищи:		537	11,1	13,6	79,6	552			
Обед									
Овощи по сезону (отруба свежий)		100	0,8	0,2	2,5	15	25	54-23	2022г
Суп с макаронными изделиями		250	6,4	7,3	23,1	183	20	54-7с	2022г
Фрикадельки с соусом		100/30	17,7	14,2	8,9	212,7	36	77-7/54-3с	2022/2022г
Каша ячневая вязкая		180	5,8	7,4	33,6	216,72	15	171	2017г
Компот из смеси сухофруктов		200	0,5	0,0	19,8	81	10	54-1хн	2022г
Хлеб пшеничный		40	3,0	0,2	19,5	91,9	3	701	2010
Хлеб пеклеваный		50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:		950	37,4	29,7	113,6	899,22	168,89		
Всего за день:			48,5	43,3	193,2	1451,22			