

Ежедневное меню

13.01.26

2 день
7-11 лет

льготное питание



| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал |
|----------------|---|--------------|------------------|--------|-------------|----------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 307/363 | ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 90/30 | 11,30 | 10,60 | 14,10 | 190,20 |
| 303 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 4,59 | 5,00 | 20,43 | 145,31 |
| 70,71,80 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.) | 60 | 0,60 | 0,10 | 1,75 | 13,20 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 180 | 0,18 | 0,00 | 13,50 | 52,20 |
| ТТК №6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,90 | 0,50 | 24,10 | 116,80 |
| | | 560 | 20,57 | 16,20 | 73,88 | 517,71 |
| | Итого за весь прием пищи: | 560 | 20,57 | 16,20 | 73,88 | 517,71 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| | БУЛОЧКА ЮЖАНКА | 100 | 7,50 | 11,00 | 64,00 | 380,00 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360 | 200 | 0,10 | 0,00 | 28,20 | 110,30 |
| | Итого за прием пищи: | 300 | 7,60 | 11,00 | 92,20 | 490,30 |
| | Всего: | 860 | 28,17 | 27,20 | 166,08 | 1 008,01 |

12-18 лет

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энерг. Ценность ккал |
|----------------|--|--------------|------------------|--------|-------------|----------------------|
| | | | Белки,г | Жиры,г | Углевод ы,г | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 307/363 | ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30 | 12,70 | 12,80 | 15,50 | 227,30 |
| 303 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 180 | 5,50 | 5,49 | 24,60 | 175,00 |
| 70,71,80 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.) | 100 | 1,00 | 0,16 | 2,90 | 22,00 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ №685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| ТТК №6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6 | 50 | 3,90 | 0,50 | 24,10 | 116,80 |
| | Итого за прием пищи: | 620 | 23,30 | 18,95 | 82,10 | 599,10 |
| | БУЛОЧКА ЮЖАНКА | 100 | 7,50 | 11,00 | 64,00 | 380,00 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360 | 250 | 0,10 | 0,00 | 35,25 | 137,90 |
| | Итого за прием пищи: | 350 | 7,60 | 11,00 | 99,25 | 517,90 |
| | Всего: | 970 | 30,90 | 29,95 | 181,35 | 1 117,00 |

Повар: Шакирова

/ Шакирова Н. А. /

Ответственной

по питанию:

/ Ситникова О. Ю. /