

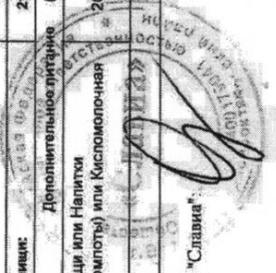


МЕНЮ

на 06 октября 2023г.

Приним пищи, наименование блюда 12 день 7-11 лет	Масса порции	Пшеничные изделия		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	250	5,2	5,4	16,2	Сборные рецептуры или ТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	Сборные рецептуры или ТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	Сборные рецептуры или ТК
Итого за прием пищи:	610	9,3	14,0	60,8	403,4
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	Сборные рецептуры или ТК
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	Сборные рецептуры или ТК
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	Сборные рецептуры или ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	Сборные рецептуры или ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	850	22,2	27,6	120,9	824,3
Полдник (5-ти разовое)					
Квас столовый	100	6,2	19,4	59,4	440,0
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за прием пищи:	300	6,3	19,4	87,6	550,3
Ужин (5-ти разовое)					
Запеканка рисовая с творогом	200	11,4	7,8	59,5	354,3
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	16,1	10,3	107,2	589,4
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (раженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	15,0	71,7
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Дополнительное питание (к основному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Всего за день:		77,0	79,3	396,3	2 547,6

Зав. Производством: _____



Приним пищи, наименование блюда 12 день 12-18 лет	Масса порции	Пшеничные изделия		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	300	6,4	6,4	19,6	Сборные рецептуры или ТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	Сборные рецептуры или ТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	Сборные рецептуры или ТК
Итого за прием пищи:	800	10,5	15,0	64,2	430,6
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	Сборные рецептуры или ТК
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	Сборные рецептуры или ТК
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	Сборные рецептуры или ТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	Сборные рецептуры или ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	980	33,0	29,8	132,8	900,6
Полдник (5-ти разовое)					
Квас столовый	150	9,2	29,2	89,1	661,1
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за прием пищи:	350	9,3	29,2	117,3	771,4
Ужин (5-ти разовое)					
Запеканка рисовая с творогом	250	14,2	9,8	74,5	442,9
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7
Итого за прием пищи:	600	22,6	12,6	146,6	792,9
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (раженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	2,3	0,9	15,0	71,7
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Дополнительное питание (к основному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, нектар, компот) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Всего за день:		89,9	100,0	480,5	3 187,5

Зав. Производством: _____