

12 шт 18.10.2024г.



Возрастная категория от 7 до 11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность | № рец. | Цена, руб |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|--------|---------------|
| | | | Белки | Жиры | Угле воды | | | |
| День 5 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Салат из квашеной капусты (завтрак)** | 40 | 0,40 | 2,02 | 2,68 | 30,69 | 47 | 5,15 |
| | Отбивная из мяса птицы (курица) | 100 | 12,29 | 13,05 | 11,16 | 213 | 249 | 58,16 |
| | Пюре картофельное (завтрак) | 100 | 1,85 | 2,92 | 11,90 | 81,59 | 312 | 15,54 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,44 | 389 | 16,90 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | Н | 2,02 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н | 1,37 |
| | Фрукты св, (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | 13,00 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 590 | 19,25 | 18,83 | 80,19 | 563,6 | | 112,14 |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,30 | 2,36 | 16,56 | 97,64 | 103 | 10,28 |
| | Котлеты домашние | 100 | 15,58 | 18,43 | 13,07 | 275,9 | 271 | 62,75 |
| | Рагу из овощей (обед) | 200 | 3,58 | 11,54 | 19,58 | 198,3 | 143 | 18,72 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,56 | 0,02 | 21,74 | 89,78 | 349 | 13,37 |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | Н | 3,02 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,94 | 0,14 | 9,96 | 42,8 | Н | 1,32 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 765 | 26,52 | 32,94 | 102,64 | 800,54 | | 109,46 |
| ПОЛДНИК | Пирожки по-домашнему с картошкой | 80 | 6,40 | 8,80 | 32,00 | 248 | Н | 20,80 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,26 | 0,00 | 7,24 | 30,82 | 376 | 5,38 |
| | Фрукты св, (яблоко)* | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 | 13,00 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 380 | 7,06 | 9,20 | 49,04 | 325,82 | | 39,18 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1735 | 52,83 | 56,97 | 231,87 | 1689,96 | | |

Ст. повар _____