

Белоусова Т.Я.

16.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

16.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	182
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	20,20	29,50	91,12	698,36	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (вафли)	47	2,12	13,63	29,61	249,1	17
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		397	3,72	14,43	64,51	411,6	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем,с отвар,мясом со смет,	300/30/10	12,09	13,80	13,89	229,11	88
	Плов из птицы	300	21,27	13,41	54,69	447,9	291
	Икра свекольная	75	1,78	7,65	17,15	138,98	75
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1040	47,58	36,63	184,50	1253,19	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	110	12,99	13,56	15,18	233,95	223
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кефир 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	106	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	18,79	18,56	33,18	379,95	
УЖИН	Печень по-строгановски	150	19,89	16,84	5,28	277,5	255
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		710	34,51	23,72	86,51	722,9	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	5,80	5,00	9,60	108	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		3232	130,60	127,84	469,42	3574	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3232	130,60	127,84	469,42	3574	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3232	130,60	127,84	469,42	3574	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.