

Белоусова Т.Я.
 26.04.2024г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

26.04.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6	15
	Каша жидкая молочная из манной крупы со слив, маслом	200/10	5,80	10,20	30,80	239	181
	Чай с лимоном,	200	0,26	0,00	10,20	41,96	377
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	13,57	22,37	65,28	508,46	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	250	3,75	1,25	52,50	240	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		450	4,75	1,45	72,70	332	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	250/20/10	5,27	9,00	18,70	176,6	83
	Котлеты из свинины	75	12,32	12,71	10,64	208,5	268
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Каша гречневая вязкая со слив, маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,54	257
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	75	0,83	0,08	1,20	9,75	70
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,95	0,50	24,15	106,8	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		895	30,74	30,73	118,55	863,86	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	100	16,80	12,55	12,08	227,78	219
	Повидло фруктовое	20	0,00	0,00	10,00	40	-
	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	5,40	4,50	18,00	135	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	22,20	17,05	40,08	402,78	
УЖИН	Рыба припущенная (скумбрия)	100	22,56	16,51	0,33	240,39	227
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	71
	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	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		610	30,89	22,23	53,13	534,9	
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:		2930	107,95	98,83	359,34	2750	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2930	107,95	98,83	359,34	2750	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2930	107,95	98,83	359,34	2750	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.