

Белоусова Т.Я.

17.12.2023г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

17.12.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 14</b>							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,1	14
	Суп молочный с рисовой крупой	210	3,07	3,89	16,86	118,61	121
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,3	379
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>490</b>	<b>12,28</b>	<b>15,06</b>	<b>66,32</b>	<b>438,53</b>	
ЗАВТРАК 2	Мандарины свеж,	227	1,82	0,45	17,02	86,26	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>427</b>	<b>2,82</b>	<b>0,65</b>	<b>37,22</b>	<b>178,26</b>	
ОБЕД	Борщ с картофелем с яйцом со смет,	250/20/10	5,27	9,00	18,70	176,6	83
	Бефстроганов из отварного мяса говядины	165	23,17	22,65	9,36	334,31	2,9
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Фасоль овощная отварная (консерв.)	75	4,57	0,00	11,17	63	132
	Компот из свежих яблок,	200	0,14	0,14	3,44	16,54	342
	Хлеб пшеничный в/с	60	4,74	0,60	28,98	128,16	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>940</b>	<b>46,13</b>	<b>37,38</b>	<b>114,89</b>	<b>971,06</b>	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые отварные	150	22,24	10,56	20,64	267	218
	Сметана 15%	20	0,52	3,00	0,58	32	-
	Чай с сахаром ,	200	0,20	0,00	10,02	39,82	628
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>370</b>	<b>22,96</b>	<b>13,56</b>	<b>31,24</b>	<b>338,82</b>	
УЖИН	Шницель рыбный натуральный	100	13,56	7,94	8,64	162	235
	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	310
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	75	0,60	0,08	1,28	9,75	70
	Кисель из яблок	180	0,11	0,09	16,94	67,81	352
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>545</b>	<b>19,85</b>	<b>12,89</b>	<b>66,67</b>	<b>465,91</b>	
УЖИН 2	Йогурт 2,5%	125	3,12	3,12	13,75	97,5	.
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>125</b>	<b>3,12</b>	<b>3,12</b>	<b>13,75</b>	<b>97,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2897</b>	<b>107,16</b>	<b>82,66</b>	<b>330,09</b>	<b>2490,08</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2897</b>	<b>107,16</b>	<b>82,66</b>	<b>330,09</b>	<b>2490,08</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2897</b>	<b>107,16</b>	<b>82,66</b>	<b>330,09</b>	<b>2490,08</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.