

Белоусова Т.Я.

16.02.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

16.02.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>475</b>	<b>13,57</b>	<b>22,37</b>	<b>65,28</b>	<b>508,46</b>	
ЗАВТРАК 2	Бананы свеж,	180	2,70	0,90	37,80	172,8	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>380</b>	<b>3,70</b>	<b>1,10</b>	<b>58,00</b>	<b>264,8</b>	
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	55	4,35	0,55	26,56	117,48	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>900</b>	<b>31,14</b>	<b>30,78</b>	<b>120,96</b>	<b>874,54</b>	
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"	210	6,30	5,25	21,00	157,5	386
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>23,10</b>	<b>17,80</b>	<b>43,08</b>	<b>425,28</b>	
УЖИН	Рыба припущенная (минтай)	100	14,57	1,11	0,33	89,48	227
	Пюре картофельное	150	3,09	4,80	20,40	137,25	312
	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	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>585</b>	<b>26,67</b>	<b>6,73</b>	<b>61,80</b>	<b>432,99</b>	
УЖИН 2	Молоко питьевое пастер,	200	5,80	5,00	9,60	108	385
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>108</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2870</b>	<b>103,98</b>	<b>83,78</b>	<b>358,72</b>	<b>2614,07</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2870</b>	<b>103,98</b>	<b>83,78</b>	<b>358,72</b>	<b>2614,07</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2870</b>	<b>103,98</b>	<b>83,78</b>	<b>358,72</b>	<b>2614,07</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.