

Белоусова Т.Я.  
14.03.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

14.03.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная пшеничная со слив,маслом	250/10	10,05	10,92	48,92	324,52	182
	Какао с молоком сгущенным	200	3,66	2,60	25,08	138,4	383
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>535</b>	<b>19,36</b>	<b>25,10</b>	<b>108,00</b>	<b>711,59</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Кондитерские изделия(печенье)	43	3,18	4,04	31,43	175,01	19
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>393</b>	<b>4,78</b>	<b>4,84</b>	<b>66,33</b>	<b>337,51</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с крупой с рыб. прод,	300/30	7,44	4,23	23,19	163,62	101
	Печень по-строгановски	150	19,89	16,84	5,28	277,5	255
	Макаронные изделия отварные со слив,маслом	150	5,52	4,51	26,44	168,45	309
	Салат из квашеной капусты	105	1,68	5,35	8,65	90,96	47
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	80	6,32	0,80	38,64	170,88	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1045</b>	<b>44,99</b>	<b>32,45</b>	<b>150,26</b>	<b>1084,33</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет с сыром	110	14,19	16,28	1,90	212	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Чай с сахаром ,,	200	0,40	0,00	10,06	41,72	628
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>415</b>	<b>17,81</b>	<b>21,57</b>	<b>31,72</b>	<b>386,91</b>	
<b>УЖИН</b>	Птица отварная	100	19,50	17,20	0,33	234,12	121
	Рагу из овощей	180	3,08	8,66	18,92	166,79	143
	Горох овощной отварной (консерв,)	100	2,01	0,13	4,22	26	131
	Кисель из яблок	200	0,12	0,10	18,82	75,34	352
	Хлеб пшеничный в/с	20	1,58	0,20	9,66	42,72	---
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>660</b>	<b>30,37</b>	<b>27,01</b>	<b>77,15</b>	<b>670,97</b>	
<b>УЖИН 2</b>	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>3248</b>	<b>123,11</b>	<b>115,97</b>	<b>443,06</b>	<b>3299,31</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3248</b>	<b>123,11</b>	<b>115,97</b>	<b>443,06</b>	<b>3299,31</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3248</b>	<b>123,11</b>	<b>115,97</b>	<b>443,06</b>	<b>3299,31</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.