

Макарова Е.Ю.  
03.05.2024г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

03.05.2024г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 12</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Каша жидкая молочная из манной крупы со слив, маслом	250/10	7,62	11,60	40,43	297,25	181
	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>16,93</b>	<b>25,78</b>	<b>99,51</b>	<b>684,32</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Бананы свеж,	250	3,75	1,25	52,50	240	338
	Кондитерские изделия (в ассортименте)	60	9,60	0,60	42,00	201,3	-
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>310</b>	<b>13,35</b>	<b>1,85</b>	<b>94,50</b>	<b>441,3</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ со св, капустой и картофелем с отв,говяд, со сметаной	300/30/10	12,00	13,71	17,97	243,06	82
	Тефтели 1-й вариант	120	14,50	13,02	14,42	233,9	278
	Соус томатный	75	0,83	3,10	5,01	51,44	540
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	115	1,27	0,12	1,84	14,95	70
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	65	5,14	0,65	31,39	138,84	...
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1115</b>	<b>44,50</b>	<b>36,74</b>	<b>150,42</b>	<b>1097,25</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет с сыром,	110/10	13,14	21,57	1,87	254,76	211
	Икра кабачковая консерв,	75	0,85	4,99	5,27	69,11	50
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,37	0,30	14,49	64,08	----
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>415</b>	<b>17,36</b>	<b>27,06</b>	<b>41,83</b>	<b>479,95</b>	
<b>УЖИН</b>	Рыба припущенная	100	22,56	16,51	0,33	240,39	227
	Картофель в молоке	150	3,51	3,72	19,74	126,6	311
	Горох овощной отварной (консерв,)	100	2,01	0,13	4,22	26	131
	Чай с лимоном,	200	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	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>630</b>	<b>34,20</b>	<b>21,28</b>	<b>69,39</b>	<b>605,57</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>3205</b>	<b>132,14</b>	<b>117,71</b>	<b>465,25</b>	<b>3416,39</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>3205</b>	<b>132,14</b>	<b>117,71</b>	<b>465,25</b>	<b>3416,39</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>3205</b>	<b>132,14</b>	<b>117,71</b>	<b>465,25</b>	<b>3416,39</b>	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.