

Белоусова Т.Я.

17.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12 лет и старше

17.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	14
	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
	Каша жидкая молочная пшённая со слив,маслом	250/10	9,45	12,02	46,88	333,03	182
	Чай с лимоном,	200/10/7	0,46	0,00	10,24	43,86	377
	Хлеб пшеничный в/с	70	5,53	0,70	33,81	149,52	.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	20,20	29,50	91,12	698,36	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сухари ванильные)	39	6,24	0,39	27,30	130,84	18
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		389	7,84	1,19	62,20	293,34	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем,с отвар,мясом со смет,	300/30/10	12,09	13,80	13,89	229,11	88
	Плов из птицы	300	21,27	13,41	54,69	447,9	291
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	71
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	22,86	86,92	349
	Хлеб пшеничный в/с	105	8,30	1,05	50,71	224,28	--
	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		1065	46,60	29,08	169,85	1128,21	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	100	11,81	12,33	13,80	212,68	223
	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	17,21	16,83	41,80	387,68	
УЖИН	Печень по-строгановски	150	19,89	16,84	5,28	277,5	255
	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14	309
	Кукуруза отварная (консерв,)	100	2,20	0,40	11,20	58	133
	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	60	4,08	0,72	25,20	126	--
ИТОГО ЗА УЖИН		710	34,51	23,72	86,51	722,9	
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:		3219	132,16	105,32	461,08	3338,49	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		3219	132,16	105,32	461,08	3338,49	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		3219	132,16	105,32	461,08	3338,49	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.