

Белоусова Т.Я.

17.10.2023г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 7-11 лет

17.10.2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
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 пшённая со слив,маслом	200/10	7,58	11,08	37,52	279,64	182
	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	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		475	15,35	23,25	72,00	549,1	
ЗАВТРАК 2	Кондитерские изделия (сухари ванильные)	35	5,60	0,35	24,50	117,42	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		385	7,20	1,15	59,40	279,92	
ОБЕД	Щи из св, капусты с картофелем,с отвар,гов, со смет,	250/25/10	10,28	11,78	12,22	196,73	88
	Плов из птицы	225	15,95	10,06	41,02	335,93	291
	Овощи натуральные свежие (огурцы)	75	0,60	0,08	1,88	10,5	71
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	20,57	78,23	349
	Хлеб пшеничный в/с	75	5,93	0,75	36,22	160,2	--
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА ОБЕД		845	35,53	23,15	128,71	865,59	
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	100	14,07	11,25	7,50	188,55	255
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,45	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	40	2,72	0,48	16,80	84	--
ИТОГО ЗА УЖИН		610	26,23	16,98	75,04	558,26	
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:		2815	107,32	86,36	386,55	2748,55	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2815	107,32	86,36	386,55	2748,55	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2815	107,32	86,36	386,55	2748,55	

Зав.производством

Скрипцова М.А.

Калькулятор

Никитина Т.Н.