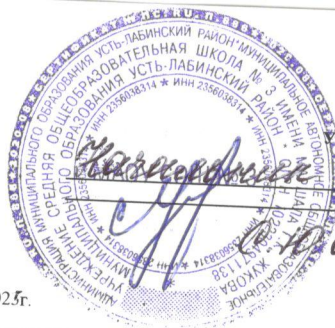




от 7 до 11 лет

от 7 до 11 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 12								
ЗАВТРАК	Омлет	150	14,82	20,40	9,52	280,98	569	56,02
	Икра кабачковая (или икра промышленного производства)	60	0,62	2,62	3,96	41,15	57	11,82
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Какао с молоком	180	4,72	4,09	11,36	104,17	240	18,28
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	9,99
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	601	24,03	28,37	72,96	651,49		101,83
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	4,12	2,92	22,02	131,44	779	19,84
	Жаркое по-домашнему 2	200	13,06	12,14	26,40	266,22	276	99,19
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	12,46
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	21	1,47	2,48	16,25	90,68	151	8,61
	Сок плодовой	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
ИТОГО ЗА ОБЕД	747	22,62	18,42	128,58	736,98		167,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1348	46,65	46,79	201,54	1388,47		269,75





УТВЕРЖДАЮ

Меню

" 19 " октябрь

2025г.

Возрастная категория: учащиеся 12-18 лет

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
				Белки	Жиры	Углеводы			
День 12									
ЗАВТРАК	Омлет								
	Хлеб пшеничный	200	14,82	20,40	9,52	320,98	569	74,69	
	Хлеб ржаной	54	3,24	0,81	29,16	139,48	878	6,13	
	Какао с молоком	34	1,09	0,07	15,91	68,78	879	4,54	
	Яблоко	200	5,24	4,54	12,62	115,74	240	20,31	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		100	0,56	0,56	13,72	65,8	578.1	8,27	
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	588	24,95	26,38	80,93	710,78		113,94	
	Жаркое по-домашнему 2	250	5,15	3,65	27,53				
	Овощи свежие (огурец/помидор)	200	13,06	12,14	26,40	164,3	779	24,80	
	Хлеб пшеничный	100	0,50	0,09	1,71	266,22	276	99,19	
	Хлеб ржаной	54	3,24	0,81	29,16	9,63	202,2	18,85	
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	34	1,09	0,07	15,91	139,48	878	6,13	
	Сок плодовый	31	2,17	3,66	23,99	68,78	879	4,54	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	200	0,20	0,20	28,20	133,86		10,68	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		869	25,41	20,62	152,9	82,6	399г	22,1	
		1457	50,36	47	233,83	864,87		186,29	
						1575,65		300,23	

Повар

