

Меню:



№ рецептуры	Название блюда	Масса	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал
Понедельник-13.05.2024г завтрак						
81-2007	Каша манная с маслом	200/20	11,3	6,1	33,5	260,0
	Хлеб с повидлом	50/30	2,6	4,6	27,4	161,0
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,1	6,0	25,9	121,1
	Итого за завтрак;	500	18,0	16,7	86,8	542,1
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови с кукурузой	100	5,52	5,36	7,94	123,9
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	250	4,62	3,22	12,96	319,02
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,08	26,3	105,8
пром	Фрукт	150	62,0	0,62	15,19	73,0
	Итого за обед:	750	72,74	13,38	83,39	727,52
Вторник-14.05.2024г завтрак						
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200/30	3,82	3,4	16,56	114,2
	Хлеб с сгущ.молоком	50/10	0,7	1,45	26,6	310,0
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	210	0,02	0,07	15,0	60,0
	Итого за завтрак:	500	4,54	4,92	58,16	484,2
	Обед;					
54-13з-2020	Салат свекольный	100	6,8	2,7	7,6	93,0
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	7,9	34,7	318,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2
Пром	Фрукт	150	62,0	0,62	15,19	73,0
	Итого за обед:	700	97,2	15,32	101,19	683,7
Среда-15.05.2024г. завтрак;						
192-2007	Биточки пшеничные с сгущ.молоком	200/30	6,3	5,0	8,0	141,0
54-7гн-2020	Чай черный с сахаром	210	0,02	0,07	15,0	60,0
Пром	Йогурт	100	5,7	8,4	13,8	102,8
	Итого за завтрак:	540	12,02	13,47	36,8	303,8
	Обед;					
54-10з-2020	Салат овощной	100	8,6	2,8	6,4	89,0
54-9м-2020	Жаркое по домашнему	250	20,7	15,7	20,5	304,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,02	0,07	15	60,0
	Итого за обед:	600	29,92	22,67	62,9	559,5
Четверг-16.05.2024г. завтрак;						
174-2007	Каша рисовая с маслом	160	6,0	11,2	45,0	305,0
2 - 2007	Хлеб с маслом	50/30	4,6	8,8	29,3	179,6
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,1	6,0	25,9	121,1
	Итого за завтрак:	500	14,7	26,0	100,2	605,7
	Обед;					
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	100	1,0	7,1	6,0	91,8
54-2с-2020	Суп гороховый с сухариками	260	5,35	5,0	23,85	213,0
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
Пром	Сок в ассортименте	200	0,0	0,06	26,3	105,8
Пром	Фрукт	150	62,0	0,62	15,19	73,0
	Итого за обед:	760	68,95	16,88	92,34	589,4
Пятница-17.05.2024г. завтрак;						
54-6к-2020	Каша пшеничная	250	8,5	11,5	38,8	292,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,02	0,07	15	60,0
	Итого за завтрак:	500	9,12	15,07	74,8	457,9
	Обед;					
54-11з-2020	Салат овощной с зеленым горошком	100	5,52	5,36	7,94	123,9
54-51г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7,9	44,8	273,7
54-4м-2020	Котлета мясная	90	14,1	12,48	17,76	227,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,6	4,1	21,0	105,8
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2
	Итого за обед:	640	26,72	29,84	114,2	823,8

Меню составил завхоз

/Вялова С.Б.