

МЕНЮ

Примерное меню ЗАВТРАК категория детей 7-11лет

19.05.2021 года							
День: среда Неделя: первая	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
		Б	Ж	У			
Салат из квашенной капусты	60	1,00	2,87	4,76	48,87	47	9,00
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	150	15,30	15,57	15,33	262,65	258	36,00
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,31	0,00	39,40	158,84	358	5,00
Хлеб пшеничный	30	1,33	0,15	10,00	46,67	3	3,00
Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	12,15	55,77	5	3,00
Сок плодовый или ягодный натуральный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	360	8,00
Итого	665	20,17	18,84	101,84	657,60		64,00
20.05.2021 года							
День: четверг Неделя: первая	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
		Б	Ж	У			
Икра кабачковая	60	0,98	4,00	2,80	51,12	73	9,00
Котлеты рыбные	90	8,35	6,53	12,01	140,21	234	25,00
Картофельное пюре	150	3,00	4,55	20,60	135,35	312	11,00
Какао с молоком	200	4,08	3,54	19,58	126,53	397	5,00
Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	12,15	55,77	5	3,00
Хлеб пшеничный	30	1,33	0,15	10,00	46,67	3	3,00
Кисломолочный продукт (йогурт 2,5% жирности)	115	3,45	3,68	4,72	65,80	4	8,00
Итого	670,00	22,42	22,70	81,86	621,45		64,00
21.05.2021 года							
День: пятница Неделя: первая	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
		Б	Ж	У			
Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,56	0,05	2,75	9,69	70	9,00
Шницель мясной рубленый	90	10,25	1,80	10,00	97,20	268	29,00
Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	150	1,83	5,19	3,62	68,50	202 / 136	8,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,30	0,00	15,20	62,00	388	5,00
Хлеб пшеничный	30	1,33	0,15	10,00	46,67	3	3,00
Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	12,15	55,77	5	3,00
Булка сдобная	40	3,10	4,80	22,60	146,00	6	7,00
Итого	595	18,60	12,24	76,32	485,83		64,00