



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: школьники 7-11 лет 12 д.

Неделя: 2

День: пятница 15.04.22

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Огурцы свежие	20			1	3	71
	Котлета куриная п/ф	60	12	4	44	257	
	Соус сметанный с томатом 30	30		1	2	18	331
	Макаронные изделия отварные	130	5	5	25	173	291
	Чай из шиповника	200	1		12	55	376
	хлеб пшеничный	30	2	1	16	80	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
Итого за Завтрак		500	22	11	113	649	
Итого сумма 68-13							
Обед	Огурцы свежие	30			1	4	71
	Суп картофельный рыбный (консервы сайра) с перловкой	200	5	3	21	131	150,01
	Наггетсы куриные п/ф	60	12	13	8	200	326,01
	Рис отварной с овощами	100	2	9	22	178	457
	Напиток из Смородины	200			27	111	342
	хлеб пшеничный	100	8	3	53	268	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
Итого за Обед		720	29	28	145	955	
Итого сумма 102-22							
Полдник	Апельсин	200	2		16	86	338
Итого за Полдник		200	2		16	86	
Итого сумма 51-11							
Итого за день		1 420	53	39	274	1690	

Зав. производством