



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: школьники 7-11 лет 12 д.

Неделя: 1

День: вторник

19.04.22

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур |
|---------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|-----------|------------|-------------------------|------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша пшениная вязкая на молоке | 220 | 9 | 8 | 53 | 320 | 256 |
| | Масло сливочное | 10 | | 8 | | 71 | 7 |
| | Сыр порционно | 12 | 3 | 3 | | 41 | 9 |
| | Какао с молоком | 200 | 4 | 4 | 30 | 172 | 663 |
| | хлеб пшеничный | 30 | 2 | 1 | 16 | 80 | 28 |
| | хлеб ржаной | 30 | 2 | | 13 | 63 | 32 |
| | Итого за Завтрак | | 502 | 20 | 24 | 112 | 747 |
| Итого сумма 68-13 | | | | | | | |
| Обед | Огурцы свежие | 30 | | | 1 | 4 | 71 |
| | Суп картофельный с клецками | 200 | 3 | 5 | 19 | 130 | 108 |
| | Гуляш из куриного филе | 80 | 1 | 4 | 3 | 51 | 311 |
| | Макаронные изделия отварные | 120 | 4 | 5 | 23 | 160 | 291 |
| | Напиток Витаминный | 200 | | | 17 | 70 | 473 |
| | хлеб пшеничный | 100 | 8 | 3 | 53 | 268 | 28 |
| | хлеб ржаной | 30 | 2 | | 13 | 63 | 32 |
| Итого за Обед | | 760 | 18 | 17 | 129 | 746 | |
| Итого сумма 102-22 | | | | | | | |
| Полдник | Сок в ассортименте | 200 | 1 | | 18 | 76 | 682 |
| | Печенье | 40 | 8 | 5 | 26 | 180 | |
| Итого за Полдник | | 240 | 9 | 5 | 44 | 256 | |
| Итого сумма 51-11 | | | | | | | |
| Итого за день | | 1 502 | 47 | 46 | 285 | 1749 | |

Зав. производством