

СОГЛАСОВАНО

Александрова И.С. (должность)
 _____ (ФИО)
 10.11.22 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

Ермаков Максим Михайлович (должность)
 _____ (ФИО)
 _____ (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая	200	6,62	7,94	18,40	172,66	646
	Какао с молоком	200	3,50	2,90	10,18	80,9	292*
	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8	117
	Сыр сычужный твердый порциями	12	3,07	3,13	0,00	41,16	106
	Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,5	609
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		502	19,94	20,03	86,34	608,02	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	70	1,00	4,68	5,83	69,38	57
	Рассольник	200	1,48	4,06	11,28	87,6	138
	Фрикадельки из кур	90	12,84	11,16	6,84	178,8	415
	Картофель отварной	180	3,42	7,38	22,86	171	179
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	13,16	50,14	527
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	114
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		820	24,48	28,08	93,01	720,52	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1322	44,42	48,11	179,35	1328,54	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1322	44,42	48,11	179,35	1328,54	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1322	44,42	48,11	179,35	1328,54	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" молочная жидкая	250	8,27	9,93	23,00	215,83	646
	Какао с молоком	200	3,50	2,90	10,18	80,9	292*
	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,9	117
	Сыр сычужный твердый порциями	15	3,84	3,92	0,00	51,45	106
	Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,5	609
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	22,74	22,96	93,51	674,58	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	100	1,43	6,69	8,33	99,12	57
	Рассольник	250	1,85	5,07	14,10	109,5	138
	Фрикадельки из кур	100	14,27	12,40	7,60	198,67	415
	Картофель отварной	180	3,42	7,38	22,86	171	179
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	13,16	50,14	527
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	114
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	27,42	32,44	103,22	812,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1480	50,16	55,40	196,73	1487,06	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1480	50,16	55,40	196,73	1487,06	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1480	50,16	55,40	196,73	1487,06	