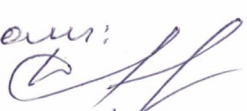


Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 7-11 лет/12 лет и старше

Инвентаризация:
 Прислуживание № 363а от 02.09.24
 Березинский:

 Амикин:



Прием пищи	Наименования блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
завтрак	баранка	100	8,9	3,2	66,8	335	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Каша молочная	250	9,75/10,46	12,4/13,94	41,5/42,83	429/446,87	№5
	Хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
	чай	200	-	-	12,2	49,5	№69
Итого за день		800	167,1	20,15	147,8	997,5	
День 2							
завтрак	Хлеб	30	3,8	0,45	24,4	168	
	сыр	10	3,5	4,4	0,0	53,7	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Картофель тушеный	200/300	17,91	16,67	24,82	378	№9
	Компот из сухофруктов	200	-	-	19,6	94,2	
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		751	34,24	38,94	174,95	857,9	
День 3							
завтрак	сдоба	100	8,0	5,3	53,7	295	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	№6
	Рожки отварные	200-250	14,5/15,24	1,0/1,32	83,2/84,7	722,5	
	Биштекс в соусе	100-150	14,51	7,51	30,5	285,5	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	хлеб <i>зс</i>	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		850-950	34,96/35,7	9,81/10,13	177,4/178,9	1516,5	
День 4							
Завтрак	Хлеб с маслом	30/10	2,6	0,9	20,51	157,7	
	Чай <i>без сахара</i>	200	-	-	12,2	49,5	
	Плов	280	21,45	19,4	31,07	754	№8
	чай	200	-	-	12,2	49,5	
	хлеб <i>зс</i>	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		830	37,52	32,13	152,81	1125,2	
День 5							
Завтрак	Пряник	50	2,4	0,75	16,10	144,9	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Каша пшеничная	200-250	3/18,24	0,75	167,5	171,25	№5
	Рыба тушеная	100	11,3	8,1	5,6	123,0	№12
	Кисель	200	5,2	-	65,9	380	
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		850	39,9/40,69	22,09/23,68	163,3/164,28	983,15	
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Хлеб с сыром	30/10	3,8/3,5	0,45	24,4	168/53,7	

	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Каша гороховая	250	3,75	2,8	22,15	164,8	
	Котлета в соусе	100-150	21,3	10,5	-	285,5	№10
	соус	50	18,24	14,3	41,3	216,2	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		850	53,76	35,78	145,79	1048	
День 7							
Завтрак	Хлеб с маслом	30/10	2,6	0,9	20,51	157,7	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	№3
	Рожки отварные	200-250	14,05/15,24	1,0/1,32	83,2/84,7	722,5	№5
	Биточек в соусе	100-150	14,51	2,51	30,5	285,5	№10
	Компот из сухофруктов	200	-	-	19,6	94,2	№1
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		800-830	44,01/45,2	18,95/20,54	192,6/193,58	1423,9	
День 8							
Завтрак	Сдоба	100	8,0	5,3	53,7	295	
	чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Гречка с мясом	250-300	21,1	19,4	31,07	358,6	
	Чай витаминизированный	200	0,12	0,09	24,02	49,5	
	хлеб <i>РЖАНОЙ</i>	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		800	173,67	48,04	150,39	1036,6	
День 9							
Завтрак	Вафли	100	4	24	68	510	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Картофельное пюре	200	17,05/18,24	12,69/14,28	40,3/41,18	212,55/213,2	
	рыба	100	11,3	8,1	5,6	123,0	№9
	Кисель	200	-	-	19,6	94,2	
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		850	52,39/55,59	18,95/20,54	25,95	1390,2	
День 10							
Завтрак	Хлеб с сыром	30/10	3,8/3,5	0,45	24,4	168/53,7	
	Чай	200	-	-	12,2	49,5	
	Рис отварной с биточек	200-250	14,05/15,24	1,0/1,32	83,2/84,7	722,5	№132
	Компот из сухофруктов	200	-	-	19,6	94,2	№1
	хлеб	50	3,55	0,55	23,2	114,5	
Итого за день		681	28,45	32,02	135,92	615,1	