

Меню приготавливаемых блюд на 21.05.2025 г.

Возрастная категория:

7-11 лет

12 лет



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЛКОВ КК
Г.А. Лущева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы					Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя I День 3 завтрак	Каша молочная пшеничная	200	7,70	9,40	35,70	203,00	№ 267	14,42	250	9,70	11,80	44,00	254,00	№ 267	17,64
	Бутерброд (слив. масло, повидло)	50	1,90	3,80	18,90	116,00	№ 96	11,52	60	1,90	3,80	18,90	116,00	№ 96	13,62
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	15,00	61,00	№ 494	5,51	200	0,00	0,00	15,20	61,00	№ 494	5,51
	Йогурт вареное	40	5,08	4,60	0,30	63,00	№ 300	19,00	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№ 300	19,00
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	14,60	72,00	№ 108	4,53	50	2,43	0,36	14,60	72,00	№ 108	4,53
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	0,20	92,00	№ 518	16,00	200	1,00	0,20	0,20	92,00	№ 518	16,00
	Кондитерские изделия	20	0,42	0,49	11,60	52,50	№ 590	5,60	20	0,42	0,49	11,60	52,50	№ 590	8,40
	Итого за завтрак	740	18,53	18,85	96,30	659,50		76,58	820	20,53	21,25	104,78	710,50		84,70
	обед														
	Салат (свежая, чеснок)	80	1,20	8,00	8,50	94,00	№ 59	9,45	100	1,50	10,10	9,80	101,00	№ 59	11,30
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,10	5,30	16,20	121,00	№ 134	20,97	250	2,10	5,30	16,20	121,00	№ 134	20,97
	Тушеная говядина	90	15,40	16,50	3,10	222,00	№ 367	118,19	100	17,00	18,30	3,40	247,00	№ 367	131,47
	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	26,30	138,00	№ 429	12,88	180	3,70	7,40	29,50	165,60	№ 429	15,02
	Компот (сухофрукты)	200	0,50	0,00	27,00	110,00	№ 508	14,71	200	0,50	0,00	27,00	110,00	№ 508	14,71
	Хлеб ч/б	100	8,00	0,90	42,00	210,60	№ 110	15,10	160	12,50	1,53	60,30	227,40	№ 110	24,16
	Итого за обед	870	30,35	37,30	123,10	895,60		191,30	990	37,30	42,63	146,20	972,00		217,63
Итого за день:		1610	48,88	56,15	219,40	1555,10		267,88	1810	57,83	63,88	250,98	1682,50		302,33