

Меню на 02.04.2025 г.

7-11 лет

12 лет и старше



АО
ШКОЛ КК
г.г.Темрюка
Н.Е. Михайлова

№ рецеп.	Наименование продукта	Масса (г.)	Пищевые вещества (г.)			ккал	Стоимость	Масса (г.)	Пищевые вещества (г.)			ккал	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак №1													
№262	Каша манная молочная	250	7,80	9,70	38,60	269,00	14,74	250	7,80	9,70	38,60	269,00	15,16
№494	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	15,00	61,00	5,51	200	0,00	0,00	15,00	61,00	5,51
№97	Бутерброд (слив. масло, сыр)	50	7,40	13,70	14,80	212,00	14,14	60	7,40	13,70	14,80	212,00	21,50
№108	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	14,60	72,00	4,33	50	2,43	0,36	14,60	72,00	4,53
	Итого:	530	17,63	23,76	83,00	614,00	38,92	560	17,63	23,76	83,00	614,00	46,70
Завтрак №2													
№517	Йогурт	180	9,00	5,70	15,00	156,00	48,90	200	9,00	5,70	15,00	156,00	48,90
№590	Кондитерские изделия	20	0,42	0,49	1,60	52,50	5,60	20	0,42	0,49	1,60	52,50	8,40
	Итого:	200	9,42	6,19	26,60	208,50	54,50	220	9,42	6,19	26,60	208,50	57,30
Обед													
№353	Сельдь с луком	80	7,70	16,20	30,40	108,80	56,49	100	9,60	20,30	30,80	136,00	78,86
№132	Расоление "Домашний"	250	6,70	14,80	44,00	129,00	34,17	250	6,70	14,80	44,00	129,00	34,17
№366	Бефстроганов	90	20,40	18,60	3,24	181,00	139,91	100	22,70	20,70	3,60	201,00	155,16
№429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	26,30	138,00	12,88	180	3,70	7,40	29,50	165,60	15,02
№508	Компот (сухофрукты)	200	0,50	0,00	27,00	110,00	14,71	200	0,50	0,00	27,00	110,00	14,71
№110	Хлеб ч/б	100	8,00	0,90	42,00	210,60	15,10	160	12,50	1,530	60,30	227,40	24,16
	Итого:	870	46,45	57,10	172,94	877,40	273,26	990	55,70	64,73	195,20	969,00	322,08
Подливки													
№313	Запеканка творожная	130	5,70	5,60	25,10	174,00	54,68	150	12,80	20,00	19,00	339,0	61,51
№518	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	0,20	92,00	16,00	200	1,00	0,20	0,20	92,0	16,00
	Итого:	330	6,70	5,80	25,30	266,00	70,68	350	13,80	20,20	19,20	431,00	77,51
Ужин №1													
№107(б)	Огурец соленый (нарезка)	60	0,42	0,06	1,02	10,40	10,86	80	0,60	0,08	1,36	13,80	14,20
№398	Печень по - стrogановски	90	16,40	11,20	3,50	174,20	72,38	100	16,30	12,50	3,90	193,60	78,91
№237	Каша гречневая	150	8,50	7,80	37,00	253,00	8,38	180	10,20	9,4	44,40	303,60	9,98
№494	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	15,20	61,00	5,51	200	0,00	0,00	15,200	61,00	5,51
№110	Хлеб ч/б	70	5,30	0,70	27,50	140,30	10,57	130	10,03	1,27	52,20	203,10	19,63
	Итого:	570	30,62	19,76	84,22	638,90	107,70	690	37,13	23,25	117,06	775,10	128,23
Ужин №2													
№516	Кисель молочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	100,00	24,00	200	5,80	5,00	8,00	100,00	24,00
	Итого:	200	5,80	5,00	8,00	100,00	24,00	200	5,80	5,00	8,00	100,00	24,00
	Всего за день:	2700	116,62	117,61	400,06	2704,80	569,06	3010	139,48	143,13	449,06	3097,60	655,82