

Меню на 03.04.2025 г.

7-11 лет

12 лет и старше

№ п/п	Наименование продукта	Масса (г.)	Пищевые вещества (г.)			ккал	Стоимость	Масса (г.)	Пищевые вещества (г.)			ккал	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак №1													
№ 164	Суп молочный с рисовой крупой	250	6,00	7,10	20,60	164,70	22,22	250	6,00	7,10	20,60	164,70	22,22
№ 499	Квасок с молоком	200	5,00	4,40	35,20	186,00	11,79	200	5,00	4,40	35,20	186,00	11,79
№ 96	Бутерброд (слив. масло, повидло)	50	1,90	3,80	18,90	116,00	11,52	60	1,90	3,80	18,90	116,00	13,60
№ 108	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	14,60	72,00	4,53	50	2,43	0,36	14,60	72,00	4,53
	Итого:	530	15,33	15,66	89,30	538,70	50,06	560	15,33	15,66	89,30	538,70	52,14
Завтрак №2													
№ 518	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	0,20	92,00	16,00	200	1,00	0,20	0,20	92,00	16,00
№ 590	Кондитерские изделия	20	0,42	0,49	11,60	52,50	5,60	20	0,42	0,49	11,60	52,50	8,40
	Итого:	220	1,42	0,69	11,80	144,50	21,60	220	1,42	0,69	11,80	144,50	24,40
Обед													
№ 107(б)	Помидор соленый (нарезка)	60	0,60	0,60	2,10	16,00	10,65	80	0,80	0,80	2,80	21,30	13,83
№ 131	Свекольник	250	2,90	4,45	12,00	97,00	33,77	250	2,90	4,45	12,00	97,00	33,77
№ 396	Жаркое по-домашнему с курицей	230	23,00	20,00	19,00	349,00	74,48	250	28,00	25,00	24,00	432,00	83,64
№ 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	1,53	60,30	227,40	24,16
	Итого:	840	35,00	25,95	102,10	782,60	148,71	940	44,70	31,78	126,10	887,70	170,11
Подливки													
№ 533	Булочка "Пшеничная"	130	4,70	3,70	34,20	186,00	18,00	150	4,70	3,70	34,20	186,00	18,00
№ 515	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	106,00	16,40	200	5,80	5,00	9,60	106,00	16,40
	Итого:	330	10,50	8,70	43,80	292,00	34,40	350	10,50	8,70	43,80	292,00	34,40
Ужин №1													
№ 6	Салат (капуста б/к, яблоко)	80	0,90	8,00	5,04	96,00	12,16	100	1,10	10,00	6,30	120,00	12,61
№ 337	Яйца запеченная в омлете	200	13,10	18,10	13,50	274,00	87,26	240	14,40	19,90	13,80	299,00	94,91
№ 492	Чай с сахаром	200	0,80	0,20	0,16	28,00	3,45	200	0,80	0,20	0,16	28,00	3,45
№ 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:	550	20,10	27,00	46,20	538,30	113,44	670	26,33	31,37	72,46	650,10	130,60
Ужин №2													
№ 516	Кисело молочный продукт	200	2,70	5,00	8,00	100,00	24,00	200	2,70	5,00	8,00	100,00	24,00
	Итого:	200	2,70	5,00	8,00	100,00	24,00	200	2,70	5,00	8,00	100,00	24,00
	Всего за день:	2670	85,05	83,00	301,20	2396,10	392,21	2940	100,98	93,20	351,46	2613,90	435,65



РЖДАО
 Школа ГКОУ КК
 ерната г.Темрюка
 Н.Е. Михайлова