

Меню приготавливаемых блюд на 21.05.2025 г.

Возрастная категория:

7-11 лет

12 лет и старше



УТВЕРЖАЮ
Инспектор ГКУ КК
Г.А. Дючева

Присем пиши День 3	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы					Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак №1	Каша молочная пшеница	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	15.20	61.00	№ 494	5.51	200	0.00	0.00	15.20	61.00	№ 494	5.51
	Ябло варёное	40	5.08	4.60	0.28	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
Итого за завтрак №1		520	17.11	18.16	84.68	515.00		54.98	600	19.11	20.56	92.98	566.00		60.30
Завтрак №2	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 №2	220	1.42	0.69	11.80	144.50		21.60	220	1.42	0.69	11.80	144.50		24.40
	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
Итого за обед	Ливши из говядины	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
Полдник	Булочка "Веснушка"	130	4.70	3.70	34.20	186.00	№ 559	18.00	150	4.70	3.70	34.20	186.00	№ 559	18.00
	Кисель	200	1.40	0.00	0.00	122.00	№ 503	9.77	200	1.40	0.00	0.00	122.00	№ 503	9.77
	Итого за полдник	330	6.10	3.70	34.20	308.00		27.77	350	6.10	3.70	34.20	308.00		27.77
	Кукуруза консервированная	60	3.90	1.20	13.50	74.00	№ 107 (6)	12.10	80	5.30	1.60	18.00	99.00	№ 107 (6)	15.40
	Биточки	90	14.10	10.90	14.50	277.60	№ 381	75.78	100	17.80	17.50	15.30	286.00	№ 381	88.78
Итого за ужин №1	Каша перловая	150	4.50	6.70	31.50	209.00	№ 241	3.98	180	5.40	8.00	37.60	251.00	№ 241	4.34
	Чай с сахаром	200	0.80	0.20	0.16	28.00	№ 492	3.45	200	0.80	0.20	0.16	28.00	№ 492	3.45
	Хлеб ч/б	70	5.30	0.70	27.50	140.30	№ 110	10.57	130	10.03	1.27	52.20	203.10	№ 110	19.63
	Итого за ужин №1	570	28.60	19.70	86.96	728.90		105.88	690	39.33	28.57	123.26	867.10		131.60
	Ужин №2														
Итого за ужин №2	Кисло молочный продукт	200	2.70	5.00	8.00	100.00	№ 516	24.00	200	2.70	5.00	8.00	100.00	№ 516	24.00
	Итого за ужин №2	200	2.70	5.00	8.00	100.00		24.00	200	2.70	5.00	8.00	100.00		24.00
	Итого за день:	2710	86.28	84.55	348.74	2692.00		425.53	3050	105.96	101.15	416.44	2957.60		485.70