

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 23.01.2025 год

Неделя 1

7-11 лет

четверг

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
173	Каша вязкая молочная овсяная	200	7,9	11,6	33,7	270,6
381	Кофейный напиток	200	0,5	0,3	5,6	26,7
50,23	Лепешка с сыром	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	520	19,5	19,3	89,9	610,4
ОБЕД						
16	Овощи натуральные, порционно кукуруза	60	0,6	0,1	3,1	15,7
99-У	Суп овощной	200	5,2	4,5	9	97,3
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
279-У	Тефтели "Детские" с овощами тушёными	90	14,1	18,6	19,6	302,3
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого за Обед	720	26,6	29,2	79,7	688

Неделя 1

12-18 лет

четверг

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ЗАВТРАК						
173	Каша вязкая молочная овсяная	220	8,7	12,8	37	297,7
381	Кофейный напиток	200	0,5	0,3	5,6	26,7
50,23	Лепешка с сыром	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	550	21,1	20,5	98,2	660,9
ОБЕД						
16	Овощи натуральные, порционно кукуруза	60	0,6	0,1	3,1	15,7
99-У	Суп овощной	250	6,5	5,6	11,3	121,6
520,08	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	4,3	13,1	25,1	235,4
279-У	Тефтели "Детские" с овощами тушёными	100	15,6	20,7	21,8	335,9
54-7хн	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	820	31,3	40,3	93,5	861,5