

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 23.12.2024 год

**Неделя 1**

**7-11 лет**

**понедельник**

| № рецептуры             | Наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|------|------|--------------------------------|
|                         |                                     |              | Б                | Ж    | У    |                                |
| 1                       | 2                                   | 3            | 4                | 5    | 6    | 7                              |
| <b>ЗАВТРАК</b>          |                                     |              |                  |      |      |                                |
| 53-19з                  | Масло сливочное (порциями)          | 10           | 0,1              | 7,3  | 0,1  | 66,1                           |
| 54-1з                   | Сыр твердых сортов в нарезке        | 10           | 2,3              | 3    | 0    | 35,8                           |
| 54-16к                  | Каша "Дружба"                       | 220          | 5,5              | 6,5  | 26,4 | 185,8                          |
| 54-21гн                 | Какао с молоком                     | 200          | 4,7              | 3,5  | 12,5 | 100,4                          |
| Пром.                   | Хлеб пшеничный                      | 60           | 4,6              | 0,5  | 29,5 | 140,6                          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                     |              |                  |      |      | <b>528,7</b>                   |
| <b>ОБЕД</b>             |                                     |              |                  |      |      |                                |
| 13                      | Овощная нарезка*                    | 60           | 0,3              | 0    | 1    | 5,8                            |
| 113                     | Суп -лапша домашняя                 | 200          | 5,7              | 7,2  | 12,1 | 135,9                          |
| 302-У                   | Каша гречневая рассыпчатая          | 150          | 7,8              | 7    | 33,9 | 229,4                          |
| 268-У                   | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 90           | 16,6             | 16,6 | 21,8 | 303,4                          |
| 343-У                   | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 200          | 0,5              | 0,1  | 12,8 | 54,6                           |
| Пром.                   | Хлеб ржано-пшеничный                | 50           | 3,3              | 0,6  | 19,8 | 97,8                           |
| <b>Итого за обед</b>    |                                     |              |                  |      |      | <b>826,9</b>                   |

**Неделя 1**

**12-18 лет**

**понедельник**

| № рецептуры             | Наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|------|------|--------------------------------|
|                         |                                     |              | Б                | Ж    | У    |                                |
| 1                       | 2                                   | 3            | 4                | 5    | 6    | 7                              |
| <b>ЗАВТРАК</b>          |                                     |              |                  |      |      |                                |
| 54-1з                   | Сыр твердых сортов в нарезке        | 20           | 4,6              | 5,9  | 0    | 71,7                           |
| 53-19з                  | Масло сливочное (порциями)          | 10           | 0,1              | 7,3  | 0,1  | 66,1                           |
| 54-16к                  | Каша "Дружба"                       | 250          | 6,2              | 7,4  | 30   | 211,2                          |
| 54-21гн                 | Какао с молоком                     | 200          | 4,7              | 3,5  | 12,5 | 100,4                          |
| Пром.                   | Хлеб пшеничный                      | 70           | 5,3              | 0,6  | 34,4 | 164,1                          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                     |              |                  |      |      | <b>613,5</b>                   |
| <b>ОБЕД</b>             |                                     |              |                  |      |      |                                |
| 13                      | Овощная нарезка*                    | 60           | 0,3              | 0    | 1    | 5,8                            |
| 302-У                   | Каша гречневая рассыпчатая          | 180          | 9,3              | 8,4  | 40,6 | 275,3                          |
| 113                     | Суп -лапша домашняя                 | 250          | 7,1              | 9    | 15,1 | 169,9                          |
| 33,1 Ш                  | Биточки "Детские" тушеные с овощами | 90           | 16,3             | 16,2 | 15,5 | 273,2                          |
| 343-У                   | Компот из фруктовой ягодной смеси   | 200          | 0,5              | 0,1  | 12,8 | 54,6                           |
| Пром.                   | Хлеб ржано-пшеничный                | 60           | 4                | 0,7  | 23,8 | 117,4                          |
| <b>Итого за обед</b>    |                                     |              |                  |      |      | <b>896,2</b>                   |