

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 28.02.2025 год

Неделя 1

7-11 лет

пятница

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 150 | 12,7 | 18 | 3,2 | 225,5 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 |
| | Итого за Завтрак | 530 | 19 | 19,2 | 59,7 | 486,7 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная "Ассорти"* | 60 | 0,4 | 0 | 1,1 | 6,2 |
| 54-6г | Рис отварной | 150 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 |
| 392,32-У | Пельмени "Детские "отварные с бульоном* | 200 | 18 | 18,7 | 30,9 | 364,3 |
| 234-У | Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 |
| 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 |
| | Итого за Обед | 720 | 41,1 | 35,1 | 124,7 | 980,9 |

Неделя 1

12-18 лет

пятница

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---|--------------|------------------|-------------|-------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 54-1о | Омлет натуральный | 200 | 16,9 | 24 | 4,3 | 300,7 |
| 23 | Чай витаминизированный | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,6 | 21,1 |
| Пром. | Банан | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 |
| | Итого за Завтрак | 580 | 23,2 | 25,2 | 60,8 | 561,9 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 17 | Нарезка овощная "Ассорти"* | 60 | 0,4 | 0 | 1,1 | 6,2 |
| 304-У | Рис отварной | 180 | 4,2 | 5,2 | 42,9 | 235 |
| 234-У | Котлеты рыбные запеченные под сметанно-луковым соусом | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,5 |
| 392,32-У | Пельмени "Детские "отварные с бульоном* | 250 | 22,5 | 23,4 | 38,7 | 455,4 |
| 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 |
| | Итого за Обед | 810 | 46,9 | 40,3 | 143 | 1123,1 |