

 Хургунова С.Я.

Меню на 12.11.2024г

№ рец-ры	Наименование блюда	Выход гр.	Выход гр.	ккал		белки		жиры		углеводы		Цена	Фото блюд
				7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше		
	<b>2 день</b>	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше	7-11 лет	12лет и старше		
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 44,00руб.</b>											
117-П	Суп из овощей с фасолью с курицей	210	250	129,4 9	198,3 5	6,57	11,96	7,89	12,63	8,2	9,53		
496-П	Напиток из шиповника	180	200	68,64	76,27	0,58	0,64	0,23	0,25	16,08	17,87		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,2 5	3,8	4,18	0,4	0,44	32,93	36,23		
	<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>505</b>	<b>315,63</b>	<b>403,87</b>	<b>10,95</b>	<b>16,34</b>	<b>8,52</b>	<b>13,32</b>	<b>57,21</b>	<b>63,63</b>	<b>44</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 83,00руб.</b>											
375-П	Плов из курицы	180	200	200,7	223	11,04	12,27	7,38	8,2	22,32	24,8		
460/1-П	Чай с молоком	200	200	25,21	25,21	1,55	1,55	1,14	1,14	2,17	2,17		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,2 5	3,8	4,18	0,4	0,64	32,93	36,23		
82-П	Кондитерское изделие (Пряник)	15	20	96,3	128,4	0,03	0,04	0,00	0,00	23,82	31,76		
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>475</b>	<b>439,71</b>	<b>505,86</b>	<b>16,42</b>	<b>18,04</b>	<b>8,92</b>	<b>9,98</b>	<b>81,24</b>	<b>94,96</b>	<b>83</b>	
	<b>Завтрак:</b>	<b>Питание 207,00руб.</b>											
279-П	Запеканка из творога	180	220	349,2	426,8	28,62	34,98	13,86	16,94	27	33		
406-П	Соус молочный сладкий	30	40	25,38	33,84	0,72	0,96	1,45	1,93	2,37	3,16		
573-П	Хлеб пшеничный	30	60	70,5	141	2,28	4,56	0,24	0,48	19,67	39,52		
460/1-П	Чай с молоком	200	200	25,21	25,21	1,55	1,55	1,14	1,14	2,17	2,17		
501-П	Сок фруктовый	200	200	82	82	1	1	0,2	0,2	20,20	20,20		
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>720</b>	<b>552,29</b>	<b>708,85</b>	<b>34,17</b>	<b>43,05</b>	<b>16,89</b>	<b>20,69</b>	<b>71,5</b>	<b>98,05</b>		
	<b>Обед:</b>												
34/1-П	Салат из моркови с чесноком	80	100	61,6	77	0,94	1,17	4,29	5,36	4,81	6,02		
117-П	Суп из овощей с фасолью с курицей	210	250	129,49	198,35	6,57	11,96	7,89	12,63	8,2	9,53		
375-П	Плов из курицы	180	200	200,7	223	11,04	12,27	7,38	8,2	22,32	24,8		
496-П	Напиток из шиповника	180	200	68,64	76,27	0,58	0,64	0,23	0,25	16,08	17,87		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,25	3,8	4,18	0,4	0,44	32,93	36,23		
574-П	Хлеб ржаной	50	60	85,4	102,48	3,3	3,96	0,6	0,72	16,7	20,04		
	Фрукт свежий	100	100	43	43	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1		
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>965</b>	<b>706,34</b>	<b>849,35</b>	<b>27,13</b>	<b>35,08</b>	<b>20,99</b>	<b>27,80</b>	<b>109,15</b>	<b>122,58</b>		
	<b>Всего:</b>			<b>1258,63</b>	<b>1558,2</b>	<b>61,3</b>	<b>78,13</b>	<b>37,88</b>	<b>48,49</b>	<b>180,65</b>	<b>220,63</b>	<b>207</b>	

Меню составил зав.производством Езынги Т.А.