

 Хургунова С.Я.

Меню на 30.09.2024г

№ 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		
	5 день	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		
	Завтрак:	Питание 44,00руб.											
236-П	Каша рисовая молочная жидкая	160	180	176,8	192,61	3,72	4,21	8,3	8,56	21,81	24,7		
3-П	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
	Итого:	425	475	435,66	534,87	12,84	17,17	19,18	22,55	52,6	65,33	44	
	Завтрак:	Питание 83,00руб.											
47-П	Винегрет овощной	80	100	70,4	88	1,28	1,6	4,96	6,2	5,28	6,6		
312-П	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	200	215,07	238,97	16,09	17,88	8,1	9	19,46	21,62		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
573-П	Хлеб пшеничный	50	55	117,5	129,25	3,8	4,18	0,4	0,64	32,93	36,23		
	Итого:	510	555	461,98	515,23	22,57	25,06	14,49	16,87	68,71	75,49	83	
	Завтрак:	Питание 207,00руб.											
236-П	Каша рисовая молочная жидкая	160	180	176,8	192,61	3,72	4,21	8,3	8,56	21,81	24,7		
3-П	Бутерброд с сыром	65	95	199,85	283,25	7,72	11,56	9,85	12,96	19,75	29,59		
460-П	Чай с молоком	200	200	59,01	59,01	1,4	1,4	1,03	1,03	11,04	11,04		
	Фрукт свежий	100	100	43	43	0,9	0,9	0,2	0,2	8,1	8,1		
	Итого:	525	575	482,66	581,87	13,24	17,56	19,58	22,94	62,39	75,12		
	Обед:												
47-П	Винегрет овощной	80	100	70,4	88	1,28	1,6	4,96	6,2	5,28	6,6		
114/1-П	Суп картофельный с пшениной крупой "Полевой"	210	300	129,65	198,53	6,95	12,4	5,79	10,21	12,56	14,54		
312-П	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	180	200	215,07	238,97	16,09	17,88	8,1	9	19,46	21,62		
501-П	Сок фруктовый	200	200	92	92	1	1	0,2	0,2	20,2	20,2		
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	40	60	68,32	102,48	2,64	3,96	0,48	0,72	13,36	20,04		
	Итого:	760	915	692,94	849,23	31,77	41,02	19,93	26,77	103,79	119,23		
	Всего:			1175,6	2012,97	45,01	58,58	39,51	49,71	166,18	194,35	207	

Меню составил зав.производством Езынги Т.А.