



03.11.2022 г.



03.11.2022 г.

12 дневное меню
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.
Осенне- зимний сезон.

День 10 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	14	Масло сл. порциями	10	65,72	0,1	7,2	0,13	5,59
2.	291	Плов из птицы	150(50/100)	256	20,27	6,74	28,08	24,41
3.	376	Чай с сахаром	200/15	40	0,53	0	9,47	1,22
4.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	2,94
5.	338	Яблоки св.порциями	100(50/50)	33,3	0,3	0,3	7,55	5,78
		Итого	515	604,72	24,69	23,92	56,62	39,94

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод	
1.	43	Салат из белокочанной капусты	60	103	0,76	9,04	4,59	1,55
2.	106	Суп картофельный рыбный	200/12,5	107	4,57	2,8	15,3	5,59
3.	280	Фрикадельки мясные в соусе	100(50/50)	140	8,83	8,63	7,54	32,10
4.	303	Каша пшеничная вязкая	150	154	4,21	4,8	22,99	4,73
5.	348	Компот из изюма	200	128	0,36	0	33,16	3,94
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		Итого	782,5	758	21,55	25,87	84,18	52,33

Старший повар _____, Чертова С.В.

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В