



МЕНЮ

День: четверг (четвертый)

Неделя: первая

Сезон- осеннее-зимний

Питание детей с 5-11 классов

10.11.2022

№ рец	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность Ккал.
				белки	жиры	углевод ы	
ЗАВТРАК							
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-09	4.6	3.9	16.9	121
4 15	Сыр порциями	30	16-85	7	8.9		109
ПР	Батон	50	4-14	3.7	1.5	25.6	125
382	Какао с молоком	200	8-80	3.8	3	24.5	141
	Яблоко	180	14-40	0.7	0.7	17.6	85
	Итого	660	53-23	19.8	18.0	84.6	581
ОБЕД							
47	Салат из квашеной капусты	100	8-51	1.6	5.1	8.24	88
96	Рассольник	250	15-35	6	9.5	9.3	148
244	Плов из говядины	200	43-00	16.7	17.6	36	369
394	Компот из свежих плодов	200	5-46	0.2	0.2	27	111
ПР	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.1	127
	Ватрушка с творогом	70	18-00	2.5	1.5	25.6	99
		880		31	34.3	132.2	815
	Итого за день	1540		50.8	52.4	216.8	4

Повар:
 Калькуляцию составила

Александрова Г Н