

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО «Вертемаркасская
Федерация «Антракс»
М.А. Матвеев

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Торговый дом Ядрин»

А.Н. Матвеев

30.09.2024

9 ДЕНЬ

МЕНЮ
на 9.10. 2024г

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
бутерброд с маслом	11,34	40	2,33	8,49	14,66	146,20	1*
Каша молоч. рисовая с маслом	17,07	200\5	6,37	10,68	32,15	256,00	174*
Чай с фруктовым соком	5,05	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79*
Хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
печенье	3,84	20	0,75	1,59	4,80	43,00	
итого:	40,9		13,59	21,18	100,44	659,20	
завтрак 12-18 лет							
бутерброд с маслом	11,34	40	2,33	8,49	14,66	146,20	1*
Каша молоч.рисовая с маслом	17,07	200\5	6,37	10,68	32,15	256,00	174*
Чай с фруктовым соком	5,05	200	0,34	0,02	24,53	95,00	79*
Хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
печенье	3,84	20	0,75	1,59	4,80	43,00	
итого:	40,9		13,59	21,18	100,44	659,20	
обед 7-11 лет							
салат из кв капусты	6,84	60	0,96	3,04	5,00	52,00	47*
Щи из св капусты с картофелем со сметаной	8,78	200\5	1,46	4,75	6,22	79,00	88*
рыба припущенная	26,26	90(50/40)	12,84	1,68	1,56	73,00	227*
Пюре картофельное	12,73	150	3,22	5,56	22,00	155,00	312*
Напиток апельсиновый	4,59	200	0,20	0,04	25,73	100,00	699*
Хлеб ржаной	3,6	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
фрукты	10,2	100	0,40	0,40	9,80	45,00	338*
итого:	73,00		21,90	16,07	70,91	630,00	
обед 12-18 лет							
салат из кв капусты	8,77	70	1,60	5,07	8,33	87,00	47*
Щи из св капусты с картофелем со сметаной	10,91	250\5	1,80	5,57	7,77	93,00	88*
рыба припущенная	28,39	100(50\50)	14,27	1,87	1,74	81,00	227*
Пюре картофельное	13,74	180	3,87	6,68	26,41	197,00	312*
Напиток апельсиновый	4,59	200	0,20	0,04	25,73	100,00	699*
Хлеб ржаной	3,6	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	70,00		19,34	37,07	80,43	858,00	

невал Мовел