

СОГЛАСОВАНО

М.О. *Матвеев*
 МТБ ОУ «Торговый дом Ядрин»
 20000
 15.10.2024
А.Н. Матвеев

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Торговый дом Ядрин»

А.Н. Матвеев

14.10.2024

МЕНЮ

3 ДЕНЬ на 16.10 2024г

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
бутерброд с повидлом	10,03	55	1,20	4,30	22,00	132,00	2*
каша молоч.рисовая с маслом	16,08	200\5	6,37	10,68	32,15	256,00	174*
кофейный напиток с молоком	10,07	200	2,50	3,60	28,70	152,00	379*
хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
фрукты	10,2	100	0,40	0,40	9,80	45,00	338*
итого:	49,98		14,27	19,38	116,95	704,00	
завтрак 12-18 лет							
бутерброд с повидлом	10,03	55	1,20	4,30	22,00	132,00	2*
каша молоч.рисовая с маслом	16,08	200\5	6,37	10,68	32,15	256,00	174*
кофейный напиток с молоком	10,07	200	2,50	3,60	28,70	152,00	379*
хлеб пшеничный	3,6	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
фрукты	10,2	100	0,40	0,40	9,80	45,00	338*
итого:	49,98		14,27	19,38	116,95	704,00	
обед 7-11 лет							
салат из кв.капусты	10,6	80	1,28	4,06	6,66	70,00	47*
борщ картофельный со сметаной	14,29	200\15\5	1,47	4,67	7,31	89,00	82*
котлеты рыбные с соусом	31,24	90(50/40)	7,53	6,66	11,49	163,00	234*
пюре картофельное	10,24	150	3,22	5,56	22,00	155,00	312*
напиток лимонный	5,03	200	0,14	0,02	24,43	96,00	699*
хлеб ржаной	3,6	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	75,00		16,46	21,57	72,49	699,00	
обед 12-18 лет							
салат из кв.капусты	12,33	100	1,60	5,07	8,33	87,00	47*
Борщ картофельный со сметаной	15,27	250\15\5	1,80	6,20	9,00	107,00	82*
котлеты рыбные с соусом	31,56	100(50\50)	9,38	9,12	12,27	171,00	234*
пюре картофельное	12,21	180	3,87	6,68	26,41	197,00	312*
напиток лимонный	5,03	200	0,14	0,02	24,43	96,00	699*
хлеб ржаной	3,6	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	80,00		19,61	27,69	81,04	784,00	