

СОГЛАСОВАНО:

Директор
Источ №3 г. Ядрин
Евров В.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Торговый дом Ядрин»
А.Н. Марвеев
13.01.2025

МЕНЮ
на 13 января 2025г

6 день

наименование блюда		выход	пищевая ценность				номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы	ккал	
завтрак 7-11 лет							
бутерброд с сыром	21,5	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
Каша молоч. пшеничная с маслом	15,43	200\5	20,49	10,15	23,36	273,00	173*
Чай с молоком	7,72	200	1,60	1,65	17,36	86,00	297**
Хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
итого:	49,09		31,65	20,15	79,64	640,80	
завтрак 12-18 лет							
бутерброд с сыром	21,5	55	5,76	7,95	14,62	162,80	3*
Каша молочная пшеничная с маслом	15,43	200\5	20,49	10,15	23,36	273,00	173*
Чай с молоком	7,72	200	1,60	1,65	17,36	86,00	297*
Хлеб пшеничный	4,44	50	3,80	0,40	24,30	119,00	
печенье	5,91	20	0,75	1,59	4,80	43,00	
итого:	55,00		32,40	21,74	84,44	683,80	
обед 7-11 лет							
салат из белокочанной капусты	5,51	80	1,18	4,06	7,18	68	45*
Суп картофельный с горохом	12,86	200\15	4,71	3,73	15,96	118,00	139*
Гуляш из свинины	33,83	90(50/40)	9,57	25,37	2,60	278,00	260*
Каша гречневая рассыпчатая	15,36	150	8,76	6,62	43,08	271,00	508*
Чай с сахаром	3,96	200	0,20	0,05	15,01	57,00	685*
Хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
фрукты	14,04	130	0,52	0,52	12,74	58,00	338*
итого:	90,00		27,24	40,43	84,43	918,00	
обед 12-18 лет							
салат из белокочанной капусты	5,51	80	1,18	4,06	7,18	68	45*
Суп картофельный с горохом	13,01	250\15	5,89	4,65	19,98	147,00	139*
Гуляш из свинины	37,12	100(50\50)	10,64	28,19	2,89	309,00	260*
Каша гречневая рассыпчатая	15,96	180	10,51	7,94	51,70	325,00	508*
Чай с сахаром	3,96	200	0,20	0,05	15,01	57,00	685*
Хлеб ржаной	4,44	60	2,82	0,60	0,60	126,00	
итого:	80,00		31,24	45,49	97,36	1032,00	

повар Всец Вадимовна В.