

СОГЛАСОВАНО:

Директор
И.И.И. №3 г. Адреса
Егоров В.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ
на 14 января 2025г

№ день

| наименование блюда | | выход | пищевая ценность | | | | номер рецептур |
|--------------------------------|-------|----------|------------------|-------|----------|--------|----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | ккал | |
| завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| Бутерброд с повидлом | 12,74 | 55 | 1,20 | 4,30 | 22,00 | 132,00 | 2* |
| Каша молочная овсяная с маслом | 17,93 | 200\5 | 7,40 | 13,95 | 31,96 | 284,00 | 173* |
| Чай с лимоном | 4,47 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59,00 | 377* |
| Хлеб пшеничный | 4,44 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | |
| итого: | 39,58 | | 12,66 | 18,71 | 93,48 | 594,00 | |
| завтрак 12-18 лет | | | | | | | |
| Бутерброд с повидлом | 12,74 | 55 | 1,20 | 4,30 | 22,00 | 132,00 | 2* |
| Каша молочная овсяная с маслом | 17,93 | 200\5 | 7,40 | 13,95 | 31,96 | 284,00 | 173* |
| Чай с лимоном | 4,47 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59,00 | 377* |
| Хлеб пшеничный | 4,44 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | |
| фрукты | 14,04 | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 58,00 | 338* |
| итого: | 53,62 | | 13,18 | 19,23 | 106,22 | 652,00 | |
| обед 7-11 лет | | | | | | | |
| огурцы сол порциями | 12,67 | 80 | 0,64 | 0,08 | 1,28 | 106 | 70* |
| борщ картофельный со сметаной | 14,07 | 200\15\5 | 1,47 | 4,67 | 7,31 | 89,00 | 82* |
| плов из птицы | 42,17 | 150 | 20,27 | 6,74 | 28,08 | 256,00 | 291* |
| Компот из смеси сухофруктов | 4,83 | 200 | 0,44 | 0,00 | 28,88 | 116,00 | 349* |
| Хлеб ржаной | 4,44 | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | |
| печенье | 11,82 | 40 | 1,50 | 3,18 | 9,60 | 86,00 | |
| итого: | 90,00 | | 25,64 | 12,09 | 66,15 | 693,00 | |
| обед 12-18 лет | | | | | | | |
| огурцы сол порциями | 12,67 | 80 | 0,64 | 0,08 | 1,28 | 106 | 70* |
| борщ картофельный со сметаной | 15,03 | 250\15\5 | 1,80 | 6,20 | 9,00 | 107,00 | 82* |
| плов из птицы | 43,03 | 180 | 24,26 | 8,06 | 33,61 | 306,00 | 291* |
| Компот из смеси сухофруктов | 4,83 | 200 | 0,44 | 0,00 | 28,88 | 116,00 | 349* |
| Хлеб ржаной | 4,44 | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | |
| итого: | 80,00 | | 29,96 | 14,94 | 73,37 | 761,00 | |

повар Мелья Васильева А.В.