



СОГЛАСОВАНО:

Директор
М.А.С.С.С. №3 г. Юрты
Евсеров В.Ю.



УТВЕРЖДАЮ:

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

МЕНЮ
на 23 января 2025г

4 день

| наименование блюда | | выход | пищевая ценность | | | | номер рецептурь |
|---------------------------------|-------|------------|------------------|-------|----------|---------|-----------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | ккал | |
| завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| яйцо отварное | 12,36 | 50 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 209* |
| каша молоч.гречневая с маслом | 17,48 | 200\5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248,00 | 173* |
| чай с молоком | 7,72 | 200 | 1,60 | 1,65 | 17,36 | 86,00 | 378* |
| хлеб пшеничный | 4,44 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | |
| итого: | 42,00 | | 18,23 | 16,30 | 71,96 | 516,00 | |
| завтрак 12-18 лет | | | | | | | |
| яйцо отварное | 12,36 | 50 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 209* |
| каша молоч.гречневая с маслом | 17,48 | 200\5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248,00 | 173* |
| чай с молоком | 7,72 | 200 | 1,60 | 1,65 | 17,36 | 86,00 | 378* |
| 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: | 47,91 | | 18,23 | 16,30 | 71,96 | 516,00 | |
| обед 7-11 лет | | | | | | | |
| салат из свеклы отварной | 3,27 | 80 | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103,00 | 52* |
| суп картоф. с макарон.изделиями | 11,97 | 200\15 | 2,26 | 4,30 | 16,68 | 117,00 | 103* |
| котлеты домашние с соусом | 33,17 | 90(50/40) | 10,02 | 17,73 | 8,81 | 235,00 | 271* |
| рис отварной | 15,68 | 150 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228,00 | 304* |
| компот из кураги | 7,43 | 200 | 1,04 | 0,00 | 30,96 | 123,00 | 348* |
| 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 | | 21,23 | 38,30 | 112,99 | 990,00 | |
| обед 12-18 лет | | | | | | | |
| салат из свеклы отварной | 3,27 | 80 | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103,00 | 52* |
| суп картоф. с макарон.изделиями | 12,19 | 250\15 | 2,84 | 5,37 | 20,84 | 146,00 | 140* |
| котлеты домашние с соусом | 35,41 | 100(50\50) | 11,13 | 19,70 | 9,78 | 261,00 | 271* |
| рис отварной | 17,26 | 180 | 4,58 | 7,33 | 46,33 | 275,00 | 304* |
| компот из кураги | 7,43 | 200 | 1,04 | 0,00 | 30,96 | 123,00 | 348* |
| хлеб ржаной | 4,44 | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | |
| итого: | 80,00 | | 23,17 | 42,04 | 113,10 | 1034,00 | |

повар Юлия Васюкова А.В.