



СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Торговый дом Ядрин»

А.Н. Матвеев

13.01.2025

МЕНЮ
на 31.01. 2025г

11 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 молоч. гречневая с маслом | 17,48 | 200\5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248,00 | 173* |
| Кофейный напиток с молоком | 9,7 | 200 | 2,50 | 3,60 | 28,70 | 152,00 | 692* |
| Хлеб пшеничный | 4,44 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | |
| итого: | 44,36 | | 15,23 | 17,95 | 105,00 | 651,00 | |
| завтрак 12-18 лет | | | | | | | |
| Бутерброд с повидлом | 12,74 | 55 | 1,20 | 4,30 | 22,00 | 132,00 | 2* |
| Каша молоч. гречневая с маслом | 17,48 | 200\5 | 7,73 | 9,65 | 30,00 | 248,00 | 173* |
| Кофейный напиток с молоком | 9,7 | 200 | 2,50 | 3,60 | 28,70 | 152,00 | 692* |
| Хлеб пшеничный | 4,44 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | |
| итого: | 44,36 | | 15,23 | 17,95 | 105,00 | 651,00 | |
| обед 7-11 лет | | | | | | | |
| салат из моркови с изюмом | 6,7 | 80 | 1,38 | 1,13 | 13,37 | 68 | 66* |
| рассольник ленинградский со сметаной | 14,46 | 200\15\5 | 1,88 | 5,10 | 13,92 | 113,00 | 96* |
| Жаркое по-домашнему | 43,5 | 180 | 17,57 | 42,14 | 23,68 | 547,00 | 259* |
| Компот из св.плодов | 6,86 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109,00 | 631* |
| 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 | | 23,81 | 48,53 | 79,44 | 963,00 | |
| обед 12-18 лет | | | | | | | |
| салат из моркови с изюмом | 6,7 | 80 | 1,38 | 1,13 | 13,37 | 68 | 66* |
| рассольник ленинградский со сметаной | 15,74 | 250\15\5 | 2,31 | 6,60 | 17,36 | 135,00 | 96* |
| Жаркое по-домашнему | 46,26 | 180 | 17,57 | 42,14 | 23,68 | 547,00 | 259* |
| Компот из св.плодов | 6,86 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109,00 | 631* |
| Хлеб ржаной | 4,44 | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | |
| итого: | 80,00 | | 24,24 | 50,63 | 82,88 | 985,00 | |