

"УТВЕРЖДЕНО"

20 января 2024 г.

МЕНО ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 12-18 ЛЕТ НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД



СОГЛАСОВАНО

20 января 2024 г.

4 день 1 недели

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г			
Завтрак								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ/ЯБЛОКО/								
ФРИТАТА ИЗ ЯИЦ С ОВОЩАМИ	110	0,44	0,44	10,78	51,70	338		2017
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	200	7,95	6,95	5,76	126,90	201		2024
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК /СНЕЖОК/	45	2,64	7,11	21,63	182,18	1		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	5,40	5,00	21,60	158,00	386		2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05			2020
Итого за прием пищи:	20	1,32	0,18	8,48	40,79			2020
Обед								
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ								
СУП СЫРНЫЙ С СУХАРИКАМИ 250/20	100	1,14	5,34	4,62	71,40	ТТК		2022
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 200/30	270	7,45	8,11	40,42	192,11	172		2024
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	230	5,68	10,65	12,68	259,17	54-3М		2022
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	389		2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09			2020
МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА ТП ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40	2,65	0,35	16,96	81,58			2020
Итого за прием пищи:	200	5,63	4,85	9,31	104,76	ПП		
Полдник								
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С КУРИЦЕЙ								
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	10,01	11,72	35,44	315,01	284		2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	1,44	1,09	11,18	60,56	378		2017
Итого за прием пищи:	20	1,32	0,18	8,48	40,79			2020
Итого за прием пищи:	400	12,77	12,99	55,10	416,36			
Всего за день:		61,30	62,92	274,62	1 997,03			