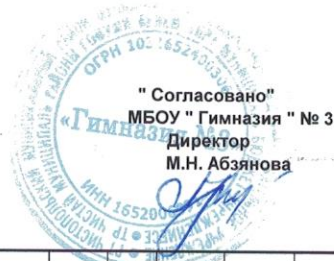


МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория 5-11 классы

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	E, мг.
				Б	Ж	У								
День 1. (16 марта 2024г.)														
№92	Плов из курицы		200	18,40	23,40	32,20	415,00	0,06	0,09	0,61	20,2	37,7	1,68	
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	20,48	23,73	53,60	512,00	0,12	0,09	0,61	30,36	54,8	3,06	0,69
День 2 (18 марта 2024г.)														
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом слив.		200/5	7,70	10,60	41,00	291,00	0,14	0,19	0,66	156,08	45,44	0,99	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0,33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	10,05	11,47	65,10	401,00	0,17	0,19	0,66	162,34	49,64	1,35	0,33
День 3 (19 марта 2024г.)														
№413	Сосиска (халяль) отварная с том. соусом		50/50	5,00	10,85	0,40	119,00	0,01	0,04	0	11,49	6,66	0,81	0
№297	Каша пшеничная рассыпчатая		180/5	7,80	6,30	43,60	266,00	0,25	0,03	0	18,68	54,48	1,82	
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	14,88	17,48	65,40	482,00	0,32	0,07	0,00	40,33	78,24	4,01	0,69
День 4 (20 марта 2024г.)														
№462	Ёжики из говяд. с рисом в соусе томатном		50/50	5,70	8,10	6,70	123,00	0,02	0,04	0,3	7,39	11,08	0,48	0
№332	Макаронные изделия отварные		180/5	6,60	4,70	39,40	230,00	0,07	0,02	0	11,31	9,07	0,92	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0,33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	14,65	13,67	70,20	463,00	0,12	0,06	0,30	24,96	24,35	1,76	0,33
День 5 (21 марта 2024г.)														
№487	Грудка куриная в сливочном соусе		50/50	15,00	12,60	0,20	174,00	0,03	0,08	0,57	12,33	12,59	1,18	0
№297	Каша рисовая рассыпчатая		180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	21,38	17,63	65,70	511,00	0,13	0,11	0,57	27,97	59,63	3,18	0,69
День 6 (22 марта 2024г.)														
№302	Каша пшеничная молочная с маслом		200/5	7,22	8,10	35,40	237,00	0,13	0,18	0,51	131	35,5	1,8	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0,33
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,25	9,57	8,97	59,50	347,00	0,16	0,18	0,51	137,26	39,7	2,16	0,33

Зав. Производством :
Калькулятор :