

МЕНЮ  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория 5-11 классы

№ рецептур ы	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
<b>День 1 ( 16 октября 2024г.)</b>																
№311	Каша молочная рисовая с маслом		200/10	5,11	8,17	31,33	220,00	0,057	0,158	0,54	126,24	28,7	0,431	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>7,46</b>	<b>9,04</b>	<b>55,43</b>	<b>330,00</b>	<b>0,087</b>	<b>0,158</b>	<b>0,54</b>	<b>132,5</b>	<b>32,9</b>	<b>0,791</b>	<b>0</b>	<b>0,33</b>	<b>19,5</b>
<b>День 2 ( 17 октября 2024г.)</b>																
№451	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		80/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№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	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>24,88</b>	<b>19,53</b>	<b>74,70</b>	<b>579,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,14</b>	<b>0,29</b>	<b>56,12</b>	<b>54,73</b>	<b>3,78</b>	<b>0,00</b>	<b>0,69</b>	<b>58,20</b>
<b>День 3 ( 18 октября 2024г.)</b>																
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом		200/10	7,70	10,60	41,00	291,00	0,14	0,19	0,66	156,08	45,44	0,99	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>10,05</b>	<b>11,47</b>	<b>65,10</b>	<b>401,00</b>	<b>0,17</b>	<b>0,19</b>	<b>0,66</b>	<b>162,34</b>	<b>49,64</b>	<b>1,35</b>	<b>0</b>	<b>0,33</b>	<b>19,5</b>
<b>День 4 (19 октября 2024г.)</b>																
№1033 Дел	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/70	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,18	0,9	41,6	35,1	3,96	36	2,52	286
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>29,98</b>	<b>14,73</b>	<b>74,90</b>	<b>538,00</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>0,9</b>	<b>51,76</b>	<b>52,2</b>	<b>5,34</b>	<b>36</b>	<b>3,21</b>	<b>344,2</b>
<b>День 5 (21 октября 2024г.)</b>																
№311	Каша пшеничная молочная с маслом		200/5	7,20	8,10	35,40	237,00	0,13	0,18	0,51	131	35,5	1,8	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>9,55</b>	<b>8,97</b>	<b>59,50</b>	<b>347,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,18</b>	<b>0,51</b>	<b>137,26</b>	<b>39,7</b>	<b>2,16</b>	<b>0</b>	<b>0,33</b>	<b>19,5</b>
<b>День 6 (22 октября 2024г.)</b>																
№413	Сосиски (халыль) отварные с том. соусом		50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	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	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>13,38</b>	<b>14,93</b>	<b>61,20</b>	<b>437,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	<b>32,23</b>	<b>32,43</b>	<b>3,05</b>	<b>0,00</b>	<b>0,69</b>	<b>58,20</b>
<b>День 7 (23 октября 2024г.)</b>																
№311	Каша молочная гречневая с маслом		200/5	8,77	9,00	35,60	260,00	0,211	0,222	0,49	119,8	105,6	3,3	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>11,12</b>	<b>9,87</b>	<b>59,70</b>	<b>370,00</b>	<b>0,241</b>	<b>0,222</b>	<b>0,49</b>	<b>126,06</b>	<b>109,8</b>	<b>3,66</b>	<b>0</b>	<b>0,33</b>	<b>19,5</b>
<b>День 8 (24 октября 2024г.)</b>																
№492	Глзв из куриной грудки		150/50	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	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>20,48</b>	<b>23,73</b>	<b>53,60</b>	<b>512,00</b>	<b>0,12</b>	<b>0,09</b>	<b>0,61</b>	<b>30,36</b>	<b>54,8</b>	<b>3,06</b>	<b>0</b>	<b>0,69</b>	<b>58,2</b>
<b>День 9 (25 октября 2024г.)</b>																
№302	Каша ячневая молочная с маслом		200/7	6,90	8,00	35,80	243,00	0,13	0,17	0,49	143,8	32,99	0,87			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>9,25</b>	<b>8,87</b>	<b>59,90</b>	<b>353,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,17</b>	<b>0,49</b>	<b>150,06</b>	<b>37,19</b>	<b>1,23</b>	<b>0</b>	<b>0,33</b>	<b>19,5</b>
<b>День 10 (26 октября 2024г.)</b>																
№451	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		50/50	10,30	9,15	8,75	160,00	0,04	0,08	0,19	21,68	17,89	0,74			
№107	Пюре гороховое		180/5	17,70	5,80	41,60	292,00	0,061	0,12	0	98,97	89,65	5,83		0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>35,00</b>	<b>30,08</b>	<b>15,28</b>	<b>71,75</b>	<b>549,00</b>	<b>0,16</b>	<b>0,20</b>	<b>0,19</b>	<b>130,81</b>	<b>124,64</b>	<b>7,95</b>	<b>0,00</b>	<b>0,69</b>	<b>58,20</b>

Зав. Производством :

Калькулятор :