

1 день Меню на 14 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
97/13	Сыр	25	19,91	54,2	3,2	7,1	0
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	20	14,5	14	4,5	2,4	9,4
338/10	Фрукт свежий	1шт	30	44	0,4	0,4	15,43
273	Каша молочная "Дружба" с маслом	180/5	23,38	240	4,25	6,98	24,2
582/13	Чай с сахаром	200	2,28	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	2,93	104	4	0,72	10
<i>Итого:</i>		575	93	588,2	19,25	20,1	83,83

Директор:
Зав. производством:

2 день Меню на 15 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
96/13	Масло сливочное	18	17,04	75	0,1	8,3	0,1
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	27,87	71	2,5	2,9	9
307/13	Омлет натуральный	150	41,66	334	16	8,53	50,2
582/13	Чай с сахаром и лимоном	200	3,5	60	0,07	0,02	15
ТТК	Батон пшеничный	40	2,93	47	1,58	0,2	9,66
<i>Итого:</i>		508	93	587	20,25	19,95	83,96

Директор:
Зав. производством:

3 день Меню на 16 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	20	14,5	214	4,5	12,4	8
70	Овощи натуральные соленые	60	14	40,14	0	0	4,37
377	Плов с курицей	50/150	52,95	41	9,2	6,4	24,5
389/17	Сок фруктовый	200	9,1	141	0,05	0	28,5
ТТК	Батон пшеничный	20	1,47	47	1,58	0,2	9,66
ТТК	Хлеб ржаной	20	0,98	104	4	0,72	10
<i>Итого:</i>		520	93	587,14	19,33	19,72	85,03

Директор:
Зав. производством:

4 день Меню на 17 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
386	Котлета из говядины	90	66,34	80	4,4	13	15,3
457/13	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	17,47	244	8,6	6,12	16,8
349	Компот из сухофруктов	200	6,05	113	0,7	0,09	32
ТТК	Батон пшеничный	20	1,47	47	1,58	0,2	9,66
ТТК	Хлеб ржаной	35	1,67	104	4	0,72	10
<i>Итого:</i>		500	93	588	19,28	20,13	83,76

Директор:
Зав. производством:

5 день Меню на 18 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
338/10	Фрукт свежий	1шт	30	44	0,4	0,4	15,43
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	27,87	71	2,5	2,9	9
1046	Оладьи со сгущенным молоком	150/15	26,53	358,5	16,2	16,3	31,4
342	Компот из свежих яблок	200	8,6	114	0,16	0,16	27,9
<i>Итого:</i>		565	93	587,5	19,26	19,76	83,73

Директор:
Зав. производством: