

6 день Меню на 21 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
97/13	Сыр	18	14,72	54,2	3,2	7,1	0
209/17	Яйцо вареное	40	17,2	63	5,08	4,6	0,3
338/10	Фрукт свежий	100	27	44	0,4	0,4	15,43
272	Каша молочная рисовая с маслом	180/5	22,05	238,3	8,95	6,98	30
389/17	Сок фруктовый	200	9,1	141	0,05	0	28,5
ТТК	Батон пшеничный	40	2,93	47	1,58	0,2	9,66
<i>Итого:</i>		583	93	587,5	19,26	19,28	83,89

Директор:

Зав производством:

7 день Меню на 22 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
96/13	Масло сливочное	20	19,33	75	1,25	8,3	0,1
667	Шницель рубленый из кур	90	43,4	166	8	6	22,7
469	Макароньы отварные с маслом	150/5	13,34	168	5,52	2,8	26,45
582/13	Какао с молоком	200	14	132	2,9	2,5	24,8
ТТК	Батон пшеничный	40	2,93	47	1,58	0,2	9,66
<i>Итого:</i>		505	93	588	19,25	19,8	83,71

Директор:

Зав производством:

8 день Меню на 23 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
420/10	КМП Йогурт 1/100 гр	100	27,87	124,7	2,5	2,9	9
320/13	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160	58,7	355,8	15,05	16,7	50
376	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>		500	93	587,5	19,2	19,82	83,66

Директор:

Зав производством:

9 день Меню на 24 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	72	0,4	0,4	6
350	Шницель натур/рубл рыбный	90	39,32	107	10,2	13,2	7,98
471	Картофельное пюре	150	15,18	145	3,5	5,6	18,2
349	Компот из сухофруктов	200	6,05	113	0,75	0,09	32
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>		580	93	588	20,38	20,21	83,84

Директор:

Зав производством:

10 день Меню на 25 октября 2024 г. 7-11 лет

№ рецепт	Наименование блюда	Выход	Цена	Э. Ц.	белки	жиры	углеводы
<i>Завтрак</i>							
70	Овощи натуральные соленые	60	14	40,14	0	0	4,37
ТТК	Кондитерское изделие в инд упаковке	20	14,5	75	0,1	8,3	0,1
278	Тефтели из говядины с соусом	100	37,84	78	9,9	6,55	8,8
459	Рис отварной	150	13,65	102,4	3,65	3,96	22,4
389/17	Сок фруктовый	200	9,1	141	0,05	0	28,5
ТТК	Батон пшеничный	40	2,93	47	1,58	0,2	9,66
ТТК	Хлеб ржаной	20	0,98	104	4	0,72	10
<i>Итого:</i>		590	93	587,54	19,28	19,73	83,83

Директор:

Зав производством: