

Оснот



Е.А. Фролова

Утверждаю

Директор

ИП Смирнов И.А.

И.А. Смирнов



Меню приготавливаемых блюд.

« 11 » 02 20 25

День 8:

Неделя: 2

Возрастная категория:

Вторник

Вторая

7-11 лет

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	14,52	12,6	6,5	25,4	216,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,86	0,0	0,0	9,8	40,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10	13,32	3,1	9,4	20,6	184,6
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,5	0,5	12,7	58,8
того за прием пищи:			480	52,20	16,2	16,4	68,5	499,8
ЗАВТРАК II								
		МОЛОКО	200	16,00	3,0	3,2	5,9	66,3
того за прием пищи:			200	16,00	3,00	3,20	5,90	66,25
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	8,51	1,0	1,9	3,7	36,9
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	18,78	7,7	6,9	35,1	239,7
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39,88	10,6	11,9	16,3	221,0
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	21,39	2,9	2,9	21,0	125,0
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,18	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
того за прием пищи:			760	95,80	23,6	23,9	101,3	734,4
того за день:				164,00	42,8	43,5	175,7	1300,4
балансированность:				0,00	1	1	4	
возрастная категория:				12 лет и старше				
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	14,75	16,9	18,2	44,1	419,4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,86	0,0	0,0	9,8	40,2
2008		БАТОН	20	3,16	1,5	0,6	10,3	54,0
2008		ЯБЛОКО	130	19,50	0,6	0,6	14,7	68,3
того за прием пищи:			550	42,27	19,0	19,4	78,9	581,8
Обед								
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	14,17	1,5	1,9	3,7	39,0
2011	94	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	18,78	7,7	6,9	35,1	239,7
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39,88	10,6	11,9	16,3	221,0
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	25,66	5,9	6,1	34,7	223,2
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	5,18	0,1	0,1	16,7	69,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,06	1,3	0,2	8,5	42,0
того за прием пищи:			830	105,73	27,1	27,1	115,0	834,6
того за день:				148,00	46,1	46,5	193,9	1 416,5
балансированность:				0,00	1	1	4	