

**МЕНЮ «19» марта 2024г.**



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес порции г.	Цена (руб.)	Энерг. ценность, ккал	Пищевые вещества (г.)		
					Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак для детей 7-11 лет</b>							
288	Курица отварная	100	34,80	413,34	13,34	26,26	
511	Рис отварной	150	10	162,3	2,38	5,26	1,24
ПР	Хлеб пшеничный	50	1,5	107,2	3,07	1,07	20,9
946	Час с сахаром с лимоном	200	4	41,6	0,53		9,87
	Яблоко	100	8,5	44,0	0,4	0,4	10,3
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>58,8</b>	<b>768,44</b>	<b>49,72</b>	<b>32,99</b>	<b>42,31</b>
<b>Обед для детей 7-11 лет</b>							
43	Салат из белокочанной капусты	60	6	51,54	0,85	3,05	5,19
138	Суп крестьянский крупой (пшено)	200	22	147,86	8,0	7,38	6,32
608	Котлета мясная	100	48	228,75	15,55	11,55	15,70
332	Макароны отварные	150	12	157,40	5,35	0,55	25,6
399	Сок фруктовый	200	13	92,0	1,0	0,20	20,20
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>760</b>	<b>104</b>	<b>784,75</b>	<b>33,82</b>	<b>23,8</b>	<b>93,91</b>
<b>Обед для детей 11 лет и старше</b>							
43	Салат из белокочанной капусты	100	10	87,40	1,41	5,08	9,02
138	Суп крестьянский крупой (пшено)	200	22	147,86	8,0	7,38	6,32
608	Котлета мясная	100	48	228,75	15,55	11,55	15,70
332	Макароны отварные	150	12	157,40	5,35	0,55	25,6
399	Сок фруктовый	200	13	92,0	1,0	0,20	20,20
ПР	Хлеб пшеничный	50	3	107,2	3,07	1,07	20,9
	<b>Итого:</b>	<b>800</b>	<b>114</b>	<b>820,61</b>	<b>34,39</b>	<b>25,83</b>	<b>97,74</b>
<b>Полдник для детей 7-11 лет</b>							
	Печенье	100	16	224,0	4,2	3	48,2
399	Молоко	200	18	92,0	1,0	0,20	20,20
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>34</b>	<b>316,0</b>	<b>5,2</b>	<b>3,2</b>	<b>68,4</b>
	<b>Всего:</b>	<b>2460</b>	<b>297,8</b>	<b>2689,8</b>	<b>144,28</b>	<b>85,9</b>	<b>582,44</b>

Шеф –повар:

Медсестра:

Ответственный за питание:

Член Совета родителей:

Н.В. Казавкова  
 Е.Ю. Ершова  
 О.А. Головачева  
 В.В. Соколова