

Согласовано нач. лаг.:

О.В. Ворончихина

Директор:

В.А. Васильев

Возрастная категория: 7-11 лет

14.06.2025

Возрастная категория: 7-11 лет						
№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ткк	Каша гречневая вязкая	200	7,73	12,25	26,65	297,24
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
пп	Фрукт свежий (апельсин)	180	5,04	4,86	20,70	96,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		640	20,85	21,37	90,34	635,92
			25	25	25	25
ОБЕД						
ткк	Салат "Зимний"	60	2,1	2,96	1,44	39,02
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	8,8125	3,5625	162
ткк	Жаркое по домашнему из говядины	240	16,59	18,57	74,36	489,88
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,9	47,20
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,33	13,17	63,57
153/2008г	Компот из сухофруктов	180	0,54	0,0	28,26	115,2
ИТОГО ЗА ОБЕД:		780	29,90	30,84	130,69	916,87
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			50,75	52,21	221,03	1552,79

60

60

60

60

Согласовано нач. лаг. :

О.В. Ворончихина

Директор:

В.А. Васильев



Возрастная категория: 12-18лет

14.06.2025

Восрастная категория: 12 лет						
№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
ткк	Каша гречневая вязкая	250	10,65	15,32	38,32	399,88
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
пп	Фрукт свежий (апельсин)	200	5,60	5,40	23,00	107,60
148/2008г	Кофейный напиток с молоком	200	3,46	3,78	13,28	100,24
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		710	24,33	24,97	104,30	749,32
			25	25	25	25
ОБЕД						
	Салат "Зимний"	100	3,5	4,93	2,40	81,70
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,15	9,375	12,5	164,5
ткк	Жаркое по домашнему из говядины	250	15,87	19,67	57,89	439,64
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		900	34,27	34,93	150,89	1037,79
			35	35	35	35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			58,60	59,90	255,19	1787,11

59

59

60

60