

Фактическое меню на «12» 04 2024
 ПО «Первомайское»

№ рецептур	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2 неделя										
	Завтрак										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	220	7,5	8,2	27,1	224,9	250	8,5	9,3	30,8	240,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62	200	0,13	0,02	15,2	62
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Завтрак	510	14,43	14,32	101,7	503,3	570	17,7	15,72	120	589,5

№ рецептур	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2 неделя										
	Обед										
	салат картофельный	60	1,1	2,8	8,2	62,8	100	1,8	4,7	13,7	104,6
35	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,8	2,2	15,5	100,9	250	6	2,7	19,4	126,1
54-24с	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-1г	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,4	110	17,4	16,4	17,5	286,9
54-6м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
54-1х	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Итого за Обед	780	32,3	25,2	123,7	851,4	910	37,1	30,4	141	987,3

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Пятница, 2 неделя										
	Завтрак										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	220	7,5	8,2	27,1	224,9	250	8,5	9,3	30,8	240,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,13	0,02	15,2	62	200	0,13	0,02	15,2	62
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Завтрак	510	14,43	14,32	101,7	503,3	570	17,7	15,72	120	589,5
	Завтрак2										
Пром.	Кондитерское изделие	50	3,8	4,94	37,35	122,35	50	3,8	4,94	37,4	122,35
	Итого за Завтрак 2	50	3,8	4,94	37,35	122,35	50	3,8	4,94	37,4	122,35

Повар Шува Шувалиева Г.К.