

Фактическое меню на «15» 04 2024 г.
 ПО «Первомайское»

№ рецепту ры	Название блюда	Воз раст 1-4 клас с Мас са	Бе лк и	Жи ры	Угле воды	Энергети ческая ценность	Воз раст 5-11 клас с Мас са	Бе лк и	Жи ры	Угле воды	Энергети ческая ценность
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
Понедельник, 1 неделя											
	Завтрак										
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	175	180	9,9	7,6	43,1	310,2
54-6м	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,4	110	17	16,4	17,5	286,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	60	4,5	5,9	44,6	146,1
	Итого за Завтрак	540	31,3	27,02	126,1	708,8	580	34,4	30,12	135	873,5

№ рецепту ры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса	Белк и	Жиры	Углево ды	Энергет ическая ценност ь	Возраст 5-11 класс Масса	Белк и	Жиры	Углев оды	Энергет ическая ценност ь
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
Понедельник, 1 неделя											
	Обед										
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	5	5,8	11,3	116,9	250	6,2	7,2	14,1	146,1
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-16м	Тефтели из говядины с рисом в соусе	100	12,6	12,4	9,2	199,2	110	14	13,9	10	220,9
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Про м.	хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,3	19,7	93,8	40	3	0,3	19,7	93,8
Про м.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7	30	2	0,4	11,9	58,7
Про м.	Пирожокс повидлом	100	6,7	2	55,9	267,8	100	6,7	2	55,9	267,8
	Итого за Обед	820	39,3	29,3	153,3	1033,6	910	43	33,2	164	1124

№ реце птур ы	Название блюда	Воз рас т 1- 4 кле се	Бел ки	Жи ры	Угле в оды	Энерг ети че ска я цен но сть	Воз рас т 5- 11 кле се	Бел ки	Жи ры	Угле в оды	Энергети ческая ценность
		Мас са					Мас са				
Понедельник, 1 неделя											
Завтрак											
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	175	180	9,9	7,6	43,1	310,2
54-6м	Биточек из говядины в соусе	100	15,6	14,6	15,8	257,4	110	17	16,4	17,5	286,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60	200	0,7	0,02	15	60
Пром	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	60	4,5	5,9	44,6	146,1
	Итого за Завтрак	540	31,3	27,02	126,1	708,8	580	34,4	30,12	135	873,5
Завтрак2											
Пром	Кондитерское изделие	40	3,02	3,95	29,88	97,88	40	3,02	3,95	29,9	97,88
	Итого за Завтрак 2	40	3,02	3,95	29,88	97,88	40	3,02	3,95	29,9	97,88

Повар Шува Шувадиева Г.К.