

Фактическое меню на «29» 04 2024 г.  
 ПО «Первомайское»

№ 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
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>31,3</b>	<b>27,02</b>	<b>126,1</b>	<b>708,8</b>	<b>580</b>	<b>34,4</b>	<b>30,12</b>	<b>135</b>	<b>873,5</b>

№ 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
Понедельник, 1 неделя											
	Обед										
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупяно-рисовая)	200	5	5,8	11,3	116,9	250	6,2	7,2	14,1	146,1
54-1г	Макаронные 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
Пром.	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.	Пирожок повидлом	100	6,7	2	55,9	267,8	100	6,7	2	55,9	267,8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>39,3</b>	<b>29,3</b>	<b>153,3</b>	<b>1033,6</b>	<b>910</b>	<b>43</b>	<b>33,2</b>	<b>164</b>	<b>1124</b>

№ 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
<b>Понедельник, 1 неделя</b>											
	<b>Завтрак</b>										
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>31,3</b>	<b>27,02</b>	<b>126,1</b>	<b>708,8</b>	<b>580</b>	<b>34,4</b>	<b>30,12</b>	<b>135</b>	<b>873,5</b>
	<b>Завтрак2</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	40	3,02	3,95	29,88	97,88	40	3,02	3,95	29,9	97,88
	<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>40</b>	<b>3,02</b>	<b>3,95</b>	<b>29,88</b>	<b>97,88</b>	<b>40</b>	<b>3,02</b>	<b>3,95</b>	<b>29,9</b>	<b>97,88</b>

Повар

Шувалиева Г.К.