

**Фактическое меню на « 9 » 03 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				
	Суббота, 1 неделя	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	<b>Завтрак</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-1г	Макаронные отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14,1	5,8	4,4	126,4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>24,5</b>	<b>16,2</b>	<b>111</b>	<b>584,5</b>	<b>570</b>	<b>27,8</b>	<b>17,8</b>	<b>123</b>	<b>660</b>

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса					Масса				
	Суббота, 1 неделя	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	<b>Обед</b>										
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,7	4,3	6,2	70,3	100	2,8	7,2	10,4	117,2
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	5,9	6,8	12,5	134,6	250	7,4	8,4	15,7	168,3
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5	180	4,3	5,8	43,7	244,2
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14,1	5,8	4,4	126,4
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	200	1	0,2	20,2	86,6
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>770</b>	<b>29,9</b>	<b>22</b>	<b>110,9</b>	<b>761,2</b>	<b>900</b>	<b>34,6</b>	<b>28,1</b>	<b>126</b>	<b>895,2</b>

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Возраст 5-11 класс Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергети ческая ценность
		г					г				
		г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
	Суббота. 1 неделя										
	<b>Завтрак</b>										
Пром.	Кондитерское изделие	60	4,5	5,9	44,6	146,1	60	4,5	5,9	44,6	146,1
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,7	100	14,1	5,8	4,4	126,4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>24,5</b>	<b>16,2</b>	<b>111</b>	<b>584,5</b>	<b>570</b>	<b>27,8</b>	<b>17,8</b>	<b>123</b>	<b>660</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 Шува Шуваリエва Г.К.