



**Фактическое меню на « 7 » декабря 2024 г.
ПО «Первомайское»**

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 1-4 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------|-------------|-----------|-------------|-------------------------|
| | | Масса | | | | |
| | | г | г | г | г | ккал |
| Суббота, 2 неделя | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,3 | 19,8 | 139,4 |
| 290 | Птица, тушенная в соусе | 90 | 12,2 | 14 | 2,5 | 185 |
| 54-2хн | Компот из кураги | 200 | 1 | 0,1 | 15,6 | 66,9 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 20,6 | 20 | 64,6 | 520,3 |

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|--------------------------|-----------------------------|--------------------|-----------|-------------|-------------|-------------------------|
| | | Масса | | | | |
| | | г | г | г | г | ккал |
| Суббота, 2 неделя | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Пром. | Пирожок с повидлом | 100 | 6,7 | 2 | 55,9 | 267,8 |
| 54-11г | Картофельное пюре | 180 | 3,7 | 6,4 | 23,8 | 167,2 |
| 290 | Птица, тушенная в соусе | 100 | 14 | 15,6 | 2,8 | 205,6 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,2 |
| Итого за Завтрак | | 680 | 29 | 26,7 | 78,7 | 668,8 |

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 1-4 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------|-------|------|----------|-------------------------|
| | | Масса | | | | |
| | | г | г | г | г | ккал |
| Суббота, 2 неделя | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| 312 | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,3 | 19,8 | 139,4 |
| 290 | Птица, тушенная в соусе | 90 | 12,2 | 14 | 2,5 | 185 |
| 54-2хн | Компот из кураги | 200 | 1 | 0,1 | 15,6 | 66,9 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 |

| | | | | | | |
|-------|--|------------|-------------|-----------|-------------|--------------|
| | Итого за Завтрак | 500 | 20,6 | 20 | 64,6 | 520,3 |
| | Завтрак2 | | | | | |
| Пром. | Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 0,34 | 0 | 43,7 | 84,8 |
| | Итого: | 200 | 0,34 | 0 | 43,7 | 84,8 |

| № рецептуры | Название блюда | Возраст 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность ккал |
|--------------------------|--|--------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------------|
| | | Масса г | г | г | г | |
| Суббота, 2 неделя | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 54-16з | Винегрет овощной | 100 | 1,2 | 8,9 | 6,7 | 111,9 |
| 312 | Картофельное пюре | 180 | 3,7 | 6,4 | 23,8 | 167,2 |
| 290 | Птица, тушенная в соусе | 100 | 14 | 15,6 | 2,8 | 205,6 |
| 54-2хн | Компот из кураги | 200 | 0,4 | 0 | 19,8 | 80,8 |
| Пром. | хлеб пшеничный йодированный | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 |
| Пром. | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,2 |
| | Итого за Завтрак | 680 | 25 | 32,1 | 92,7 | 761,1 |
| | Завтрак2 | | | | | |
| Пром. | Сок натуральный в индивидуальной упаковке | 200 | 0,34 | 0 | 43,7 | 84,8 |
| | Итого: | 200 | 0,34 | 0 | 43,7 | 84,8 |

Повар Шува Шувалиева Г.К.