


**Фактическое меню на « 21 » октября 2024 г.**  
**ПО «Первомайское»**

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	175
54-23м	Биточек из курицы в соусе	100	16,3	5,1	13,4	156,1
376	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>28,8</b>	<b>11,82</b>	<b>87</b>	<b>500,5</b>

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		Масса				
		г	г	г	г	ккал
<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>					
54-16з	Винегрет овощной	100	1,2	8,9	6,7	111,9
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	270,4
54-23м	Биточек из курицы в соусе	110	18	4,6	14,7	173
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>640</b>	<b>34</b>	<b>21,5</b>	<b>104,1</b>	<b>732,5</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
<b>Понедельник, 2 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	270,4
54-23м	Биточек из курицы в соусе	100	16,3	5,1	13,4	156,1	110	18	4,6	14,7	173
376	Чай с сахаром	200	0,7	0,02	15	60	200	0,7	0,02	15	60
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	40	2,6	0,5	15,8	78,2

	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>28,8</b>	<b>11,8 2</b>	<b>87</b>	<b>500,5</b>	<b>590</b>	<b>36</b>	<b>13,2</b>	<b>118,1</b>	<b>722,2</b>
	<b>Завтрак2</b>										
Пром.	<b>Кондитерское изделие</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>
	<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.