

Фактическое меню на «23» 01 2025 г.
ПО «Первомайское»

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса г	Белки г	Жиры г	Углево ды г	Энергетиче ская ценность ккал
Четверг, 1 неделя						
Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
290	Курица тушенная с морковью	90	12,2	14	2,5	185
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
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

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 5-11 класс Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетиче ская ценность ккал
Четверг, 1 неделя						
Завтрак						
54-34з	Салат картофельный с морковью и кукурузой	100	2,8	7,2	10,4	117,2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	270,4
54-25м	Курица тушенная с морковью	100	14	5,8	4,4	126,4
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Итого за Завтрак		610	31	17,1	74,8	567,5

№ рецептуры	Название блюда	Возраст 1-4 класс Масса г	Белки г	Жиры г	Углев оды г	Энергети ческая ценность ккал	Возраст 5-11 класс Масса г	Бел ки г	Жир ы г	Углево ды г	Энергетиче ская ценность ккал
Четверг, 1 неделя											
Завтрак											
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	180	9,9	7,6	43,1	310,2
290	Курица тушенная с морковью	90	12,2	14	2,5	185	100	14	15,6	2,8	205,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	200	0,5	0	19,8	81

Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	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
	Итого за Завтрак	500	25,2	20,9	84,9	628,7	550	29	23,9	97,3	749,3
	Завтрак2										
Пром.	Кондитерское изделие	70	5,25	6,9	52	170,45					
	Итого за Завтрак 2	70	5,25	6,9	52	170,45					

Повар Шува Шуваляева Г.К.