

**МЕНЮ НА 23.12.24г.
(7-11 лет)**



Токмаков И.А.

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
204	Макароны отварные с сыром	160	10,83	12,74	27,29	267	46,44
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,35
ПР	Хлеб рябиனுшка	20	1,6	0,4	10,6	52	1,68
ПР	Кондитерское изделие	33,3	1,49	6,6	18,48	61	11,16
	II ЗАВТРАК						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	68	9,57
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,79	4,58	8,58	83	15,00
291	Плов из курицы	200	19,97	24,17	33,12	430	57,75
352	Кисель из концентрата	200	0,12	0,11	15,3	50	5,15
ПР	Хлеб пшеничный	56,6	4,48	0,8	18,85	97	4,32
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61



Токмаков И.А.

МЕНЮ НА 23.12.24 Г. (12 лет и старше)

№ рецептур	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334	63,54
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,04	12,47	51	5,35
ПР	Хлеб рябиனுшка	70	5,6	1,4	37,1	182	5,88
ПР	Кондитерское изделие	33,3	1,49	6,6	18,48	61	11,16
	Обед						
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,07	9,55	113	15,96
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,79	4,58	8,58	83	15,00
291	Плов из курицы	250	24,96	30,21	41,4	538	78,07
352	Кисель из концентрата	200	0,12	0,11	15,3	50	5,15
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61