



Токмаков И.А.

**МЕНЮ НА 25.12.24 г.
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,82	2,03	37,69	258	18,38
279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	90	7,59	17,58	12,66	243	41,35
376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,28	6,73	36	1,53
	II ЗАВТРАК						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	136	5,69
101	Суп картофельный с крупой	200	1,85	2,05	15,29	87	7,81
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	21,01
294	Котлета из курицы	90	9,38	11,09	11,27	182	41,53
345	Компот из яблок и черной смородины	200	0,52	0,18	28,86	123	13,42
ПР	Хлеб пшеничный	47,7	3,76	0,64	15,82	84	3,64
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



**МЕНЮ НА 25.12.24 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,54	10,03	45,24	309	23,69
279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	100	8,43	19,53	14,07	270	67,25
331	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	20	1,64	1,02	2,92	27	1,68
376	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	Обед						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	9,46
101	Суп картофельный с крупой	250	2,54	2,57	18,66	108	10,33
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	25,24
294	Котлета из курицы	100	15,35	20,48	14,51	304	63,35
331	Соус	30	2,46	1,53	4,38	41	4,62
345	Компот из яблок и черной смородины	200	0,52	0,18	28,86	123	13,42
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