



Токмаков И.А.

**МЕНЮ НА 15.01.25 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	16,39
279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	90	7,59	17,58	12,66	243	43,52
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			18,16	73	7,77
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	12,61
	Обед						
45	Салаг из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36	5,69
101	Суп картофельный с крупой	200	1,85	2,05	15,29	87	9,13
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	23,37
294	Котлета из курицы	90	9,38	11,09	11,27	182	56,78
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,37
ПР	Хлеб пшеничный	19	1,52	0,27	6,4	35	1,46
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



**МЕНЮ НА 15.01.25 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	22,70
279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	100	8,43	19,53	14,07	270	71,02
331	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	20	1,64	1,02	2,92	27	1,68
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			18,16	73	7,77
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	11,98
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	28,06
294	Котлета из курицы	100	15,35	20,48	14,51	304	64,89
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