



Гокмаков И.А.

МЕНЮ НА 16.01.25 г. (7-11 лет)

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
291	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200	19,97	24,17	33,12	430	57,00
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	10,68
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							
35	САЛАТ КАРТОФЕЛЯ	60	1,07	3,16	7,77	64	7,25
101	УХА	200	1,85	2,05	15,29	87	16,46
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	7,95	8,36	37,69	258	23,47
280	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	90	7,4	9,9	59,05	157	47,72
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
ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,66	8,5	52	1,30



**МЕНЮ НА 16.01.25г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
291	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	250	24,96	30,21	41,4	538	78,07
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	10,68
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	Обед						
35	САЛАТ КАРТОФЕЛЯ	100	1,78	5,27	12,95	106	12,07
101	УХА	250	2,31	2,56	19,11	109	20,71
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	9,54	10,04	45,24	309	34,65
280	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	130	10,68	14,3	13,07	227	77,01
ПР	СОК	200	0,75		20,57	85	10,99
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