



МЕНЮ НА 29.01.25 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 | 16,38 |
| 279 | ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ | 90 | 7,59 | 17,58 | 12,66 | 243 | 43,53 |
| 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 | Салат 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 |

Бокманов И.А.



Локмаков И.А.

МЕНЮ НА 29.01.25 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 | 71,03 |
| 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 | 5,19 |
| 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 |