

МЕНЮ 12 11 2025

УТВЕРЖДАЮ:

Аллабердин Ф.А

8 ДЕНЬ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35	1.5
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	230	14,42	18,67	22,54	290,61	117
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	240
ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	231
Итого за прием пищи:	590	19,48	19,54	80,33	552,37	
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,83	5,04	8,95	189,43	66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	2,63	5,11	16,73	123,53	207
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	17,21	23,26	14,41	381,19	157
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,26	0,01	10,29	43,42	267
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	4,70	0,70	49,80	214,00	1.6
Итого за прием пищи:	827	28,96	34,35	114,50	1 020,25	
Всего за день:		57,92	53,89	194,83	1 020,25	

Повар 51 Беличенко М.В