



УТВЕРЖДАЮ:

Дронина М. А.

МЕНИЮ на 22.01.2025 г.

№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Цена	Выход / Пищевые вещества/г/								Энергетич. ценность (ккал)		
			7-11	12-18	Б	Ж	У	7-11	12-18	7-11	12-18		
<b>ЗАВТРАК</b>													
70/2017м	Овощи по сезону в нарезке (огурец)	22,00	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10	
171/2017м	Гречка по-купечески с мясом	62,00	200	200	13,20	13,20	17,80	17,80	37,50	37,50	363	363	
54-3/2022н	Чай с сахаром и лимоном	15,00	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62	
701/2010н	Хлеб пшеничный	5,2	50	50	3,85	3,95	1,20	0,5	26,70	24,15	133,00	116,90	
<b>ИТОГО:</b>			<b>104,2</b>	<b>500</b>	<b>540</b>	<b>17,66</b>	<b>18,08</b>	<b>19,08</b>	<b>18,42</b>	<b>80,42</b>	<b>78,55</b>	<b>564,00</b>	<b>551,9</b>
<b>Второй завтрак (ОВЗ)</b>													
№ рецепта по сборнику	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергетич. ценность (ккал)				
			Б	Ж	У	7-11	12-18	7-11		12-18			
П.т.	Кисломолочный продукт «Ряженка»	150	4,50		3,70		6,00	75,75					
208/2017м	Лапшевник с творогом	150	14,50		9,04		41,49	310,00					

Консервы закусочные (кукуруза)	1,20	0,20	6,10	31,30	133/2017м	20
Суп крестьянский с крупой	5,12	5,78	10,86	115,58	54-10с/2022н	15
Котлеты мясoкапустные из п.ф	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	36
Каша рассыпчатая, гречневая	8,30	6,30	36,00	233,70	171/2017м	15
Напиток из шиповника	0,60	0,20	15,20	65,30	53-13хн/2022н	12
Хлеб пшеничный йодированный	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	3,2
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010м	3
<b>Итого за Обед</b>	<b>29,99</b>	<b>25,87</b>	<b>108,06</b>	<b>785,07</b>		<b>104,2</b>

29/2017м	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	50	12,41	13,41	17,6	264
376\2017м	Чай с сахаром	200	10	0,07	0,02	15	60
701\2010м	Хлеб пшеничный	20	2	1,54	0,48	10,68	53,20
70/2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	30	13	0,35	0,01	1,15	6,04
<b>ИТОГО:</b>		<b>420</b>	<b>75</b>	<b>14,02</b>	<b>13,91</b>	<b>43,28</b>	<b>377,20</b>

Старший повар

Ситникова Н. И.