



# МЕНЮ

на " 7 " *мая* 2024г

День 7

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
<b>Завтрак</b>											<b>81,00</b>	<b>81,00</b>
Каша овсяная	200	250	4,43	5,54	4,84	6,05	24,28	30,35	158,52	198,15	10,63	10,63
Ватрушка с творогом или Выпечка п/п	50	50	6,20	6,20	3,71	3,71	21,50	21,50	144,04	144,04	40	40
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80	12,22	12,22
Чай с молоком	200	200	2,40	2,40	2,56	2,56	9,75	9,75	71,94	71,94	8,72	8,72
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	5,54	5,54
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>580</b>	<b>19,85</b>	<b>23,28</b>	<b>15,79</b>	<b>19,95</b>	<b>86,37</b>	<b>92,44</b>	<b>568,10</b>	<b>644,13</b>		
<b>Обед</b>											<b>87,00</b>	<b>101,00</b>
Салат из капусты с растительным маслом / Салат из квашеной капусты	60	100	1,08	1,80	2,46	4,10	3,72	6,20	41,97	69,95	4,71	7,86
Суп куриный с вермишелью	200	250	6,14	7,67	5,58	6,97	10,85	13,57	109,42	136,78	11,37	13,43
Печень по-строгановски	90	100	13,43	14,92	9,25	10,27	3,80	4,22	165,11	183,46	36,74	38,25
Изделия макаронные отварные	150	180	5,84	7,00	6,87	8,24	37,07	44,49	233,55	280,26	10,46	12,55
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	3,13	3,13
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40	1,85	1,85
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2,59	2,59
<b>Итого за обед:</b>	<b>760</b>	<b>890</b>	<b>30,70</b>	<b>35,62</b>	<b>25,20</b>	<b>30,64</b>	<b>100,31</b>	<b>113,34</b>	<b>755,97</b>	<b>876,36</b>		
<b>Полдник</b>											<b>53,00</b>	
Яйцо вареное	50		5,08		4,60		0,28		63,00		13	
Горошек зеленый	60		1,55		0,10		3,25		20,10		12,6	
Кисломолочный напиток	200		5,80		5,00		8,00		100,00		50	
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34		1,85	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>330</b>		<b>13,93</b>		<b>10,28</b>		<b>21,81</b>		<b>235,44</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>64,5</b>	<b>58,9</b>	<b>51,3</b>	<b>50,6</b>	<b>208,5</b>	<b>205,8</b>	<b>1 559,5</b>	<b>1 520,5</b>		

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_