

И.С.Тулешова

Ежедневное меню на: 15.07.2024г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 7-11 лет		54-6т	Сырники	200	35.07	392	39	12	33
	гор.напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	12.79	86	4	3	11
		Пром	Повидло яблочное	30	1.23	79	0	0	20
		Пром	Яблоко	150	19.00	67	1	1	15
			Итого	580	68	623	44	15	78
Обед 7-11 лет	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	250	13.34	157	6	7	17
	2 блюдо	54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	35.33	409	24	23	27
	сладкое	Пром	Сок виноградный	200	13.50	136	1	0	33
	закуска	54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	80	4.20	97	1	8	5
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	40	3.60	94	3	0	20
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	45	5.25	88	3	1	18
			Итого	815	75	980	37	40	118
Завтрак 12-18 лет		54-6т	Сырники	250	43.84	489	49	14	41
	гор.напиток	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	12.79	86	4	3	11
		Пром	Повидло яблочное	10	0.41	26	0	0	7
		Пром	Яблоко	255	32.30	113	1	1	25
			Итого	715	89	715	54	18	84
Обед 12-18 лет	1 блюдо	54-3с	Рассольник Ленинградский	250	13.34	157	6	7	17
	2 блюдо	54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	250	50.73	511	29	29	33
	сладкое	Пром	Сок виноградный	200	13.50	136	1	0	33
	закуска	54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	5.25	121	1	10	6
	хлеб бел.	Пром	хлеб пшеничный йодированный	40	3.60	94	3	0	20
	хлеб черн.	Пром	хлеб ржано- пшеничный	45	5.25	88	3	1	18
			Итого	885	92	1107	43	48	126

