

МЕНЮ

рацион горячего питания (7-11 лет)

на "16" 06 2023 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
5 день							
Завтрак							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог, яйца, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари, сметана, соль, молоко сгущенное)	200/20	2008	224	38,25	25,74	45,51	577,25
Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	АКП*	8	6,3	5,8	9,8	89,6
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	605			52,5	35,9	95,9	901,9
Обед							
Редис с огурцами (редис, огурцы свежие, масло растительное, соль)	100	2008	33	1,0	10,1	2,8	106,0
Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, говядина, яйца, соль)	200/20	2008	97/68	5,1	4,2	11,9	122,4
Печень, тушенная в соусе (печень говяжья, мука пшеничная, масло растительное, сметана, паста томатная, лук репчатый, соль)	100/20	2011	261/373	26,43	16,53	5,69	311,05
Картофель отварной (картофель, соль, масло сливочное)	150	2008	333	2,9	4,7	23,5	148,0
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	60	к/к	1	4,2	0,6	27,9	135,0
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	2	4,4	1,3	26,8	135,0
Итого за прием пищи:	900			44,6	37,5	130,2	1088,5
Полдник							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Плоды свежие (персик)	150	2011	338	0,9	0,1	9,5	45,0
Итого за прием пищи:	350			1,9	0,3	29,3	131,0
Всего за день:				99,0	73,7	255,4	2121,3

Зап. производством:

Калькулятор:

А.И.И. Железняк

МЕНЮ

рацион горячего питания (12-18 лет)

на "16" 06 2023 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
5 день							
Завтрак							
Масло сливочное (порциями)	10	2008	13	0,1	8,3	0,1	75,0
Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог, яйца, сахар, крупа манная, масло сливочное, сухари, сметана, соль, молоко сгущенное)	230/20	2008	224	43,47	29,25	51,76	655,97
Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	АКП*	8	6,3	5,8	9,8	89,6
Батон обогащенный микроэлементами	60	к/к	2	5,3	1,5	32,1	162,0
Йогурт 2,5% жирности в индивидуальной упаковке	125	ТТК	3	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	645			58,7	48,0	107,6	1082,6
Обед							
Редис с огурцами (редис, огурцы свежие, масло растительное, соль)	120	2008	33	1,2	12,1	3,4	127,2
Суп картофельный с мясными фрикадельками (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, говядина, яйца, соль)	250/20	2008	97/68	6,3	5,2	14,6	150,2
Печень, тушенная в соусе (печень говяжья, мука пшеничная, масло растительное, сметана, паста томатная, лук репчатый, соль)	120/30	2011	261/373	33,04	20,66	7,11	388,81
Картофель отварной (картофель, соль, масло сливочное)	180	2008	333	3,5	5,6	28,2	177,6
Компот из смеси сухофруктов (компотная смесь, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	90	к/к	1	6,3	0,9	41,9	202,5
Батон обогащенный микроэлементами	70	к/к	2	6,2	1,8	37,5	189,0
Итого за прием пищи:	1080			57,0	46,3	164,3	1366,3
Полдник							
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Фрукты свежие (персик)	150	2011	338	0,9	0,1	9,5	45,0
Итого за прием пищи:	350			1,9	0,3	29,3	131,0
Всего за день:				117,6	94,6	301,1	2579,9

Зап. производством:

Калькулятор: