

ДУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (2022-2023)

номер рецептуры	наименование блюда согласно рецептуре	выход блюда, г			химический состав блюда, г									энергоценность, ккал			плановая стоимость, руб			распределение пищи по калорийности в течение дня, %		
		6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше	белки			жиры			углеводы			6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше	6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше	6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше
					6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше	6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше	6-10 лет	10-13 лет	13 лет и старше									
Понедельник (1 неделя)																						
Завтрак																						
291.1	каши вязкие (гречневая)	130.00			27.58	0.00	0.00	12.69	0.00	0.00	83.40	0.00	0.00	566.10	0.00	0.00	93.51	0.00	0.00	21.44%	0.00%	0.00%
	Крупа гречневая	31.59	0.00	0.00	4.03	0.00	0.00	4.81	0.00	0.00	20.54	0.00	0.00	143.00	0.00	0.00	9.67	0.00	0.00			
	Масло сливочное	4.55	0.00	0.00																		
с.481	оладьи печеночные	70.00			14.62	0.00	0.00	7.18	0.00	0.00	7.15	0.00	0.00	151.60	0.00	0.00	36.63	0.00	0.00			
	Масло подсолнечное	3.23	0.00	0.00																		
	Молоко	19.38	0.00	0.00																		
	Мука пшеничная высшего сорта	3.23	0.00	0.00																		
	Печень говяжья замороженная	72.16	0.00	0.00																		
	Яйца куриные	6.46	0.00	0.00																		
362	сок фруктовый	200.00			1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	21.20	0.00	0.00	92.00	0.00	0.00	26.00	0.00	0.00			
	Соки фруктово-ягодные	200.00	0.00	0.00																		
52	овощи натуральные соленные (огурцы)	100.00			2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	16.00	0.00	0.00	17.00	0.00	0.00			
	Огурцы консервированные	90.91	0.00	0.00																		
б/н	хлеб пшеничный	50.00			4.15	0.00	0.00	0.50	0.00	0.00	24.95	0.00	0.00	121.50	0.00	0.00	3.25	0.00	0.00			
	Хлеб пшеничный	50.00	0.00	0.00																		
б/н	хлеб ржаной	20.00			0.98	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	8.96	0.00	0.00	42.00	0.00	0.00	0.96	0.00	0.00			
	Хлеб ржаной	20.00	0.00	0.00																		
Вторник (1 неделя)																						
Завтрак																						
146	каша вязкая молочная из риса, ячневой, кукурузной	200.00			5.36	0.00	0.00	10.64	0.00	0.00	39.64	0.00	0.00	276.36	0.00	0.00	62.62	0.00	0.00	29.66%	0.00%	0.00%
	Масло сливочное	10.00	0.00	0.00																		
	Молоко	100.00	0.00	0.00																		
	Рис	44.00	0.00	0.00																		
	Сахар	16.00	0.00	0.00																		
с.413	плоды или ягоды свежие (банан)	100.00			1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	21.00	0.00	0.00	91.00	0.00	0.00	9.80	0.00	0.00			
	Бананы	100.00	0.00	0.00																		
357	молоко кипяченое	200.00			5.90	0.00	0.00	6.70	0.00	0.00	9.90	0.00	0.00	125.00	0.00	0.00	25.32	0.00	0.00			
	Молоко	200.00	0.00	0.00																		
б/н	хлеб пшеничный	60.00			4.98	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	29.94	0.00	0.00	145.80	0.00	0.00	3.90	0.00	0.00			
	Хлеб пшеничный	60.00	0.00	0.00																		
б/н	хлеб ржаной	20.00			0.98	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	8.96	0.00	0.00	42.00	0.00	0.00	0.96	0.00	0.00			
	Хлеб ржаной	20.00	0.00	0.00																		
б/н	пряник	30.00			1.59	0.00	0.00	1.62	0.00	0.00	20.85	0.00	0.00	103.20	0.00	0.00	3.60	0.00	0.00			
	Пряники	30.00	0.00	0.00																		
Среда (1 неделя)																						
Завтрак																						
278.1	птица, кролик отварные (с соусом 315)	100.00			15.24	0.00	0.00	7.30	0.00	0.00	3.00	0.00	0.00	138.60	0.00	0.00	39.23	0.00	0.00	23.96%	0.00%	0.00%
	Лук репчатый	2.80	0.00	0.00																		
	Мука пшеничная высшего сорта	2.25	0.00	0.00																		
	Птица (тушки куриные замороженные)	100.80	0.00	0.00																		
	Сметана с повышенным содержанием жира	7.50	0.00	0.00																		
	Сок томатный	15.54	0.00	0.00																		
114	капуста тушенная (свежая)	135.00			3.31	0.00	0.00	8.10	0.00	0.00	14.20	0.00	0.00	144.58	0.00	0.00	18.96	0.00	0.00			
	Капуста белокочанная	148.94	0.00	0.00																		
	Лук репчатый	5.23	0.00	0.00																		
	Масло подсолнечное	4.35	0.00	0.00																		
	Масло сливочное	4.35	0.00	0.00																		
	Морковь	2.61	0.00	0.00																		
	Мука пшеничная высшего сорта	1.74	0.00	0.00																		
	Паста томатная	11.84	0.00	0.00																		
	Сахар	4.35	0.00	0.00																		
353	кофейный напиток на сгущенном молоке	200.00			3.30	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	22.50	0.00	0.00	132.00	0.00	0.00	20.26	0.00	0.00			
	Кофейный напиток	5.00	0.00	0.00																		
	Молоко сгущенное	40.00	0.00	0.00																		
б/н	хлеб пшеничный	20.00			1.66	0.00	0.00	0.20	0.00	0.00	9.98	0.00	0.00	48.60	0.00	0.00	1.30	0.00	0.00			
	Хлеб пшеничный	20.00	0.00	0.00																		
б/н	хлеб ржаной	60.00			2.94	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	26.88	0.00	0.00	126.00	0.00	0.00	2.87	0.00	0.00			

