



Утверждаю

Абдуллина Э.С.

с. Куярчи

Меню приготавливаемых блюд
возрастная категория: от 7-11 лет 7 день Дата 24.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,88	0,39	23,86	114,46	1.5	2021
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,32	7,76	51,22	319,59	114	2022
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	60/50	8,40	9,48	9,16	156,05	187	2022
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	200	0,00	0,00	0,00	296,00	ТТК	2011
Итого за прием пищи:	560	23,60	17,63	84,24	886,10		
Обед							
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,73	4,09	12,50	94,27	63	2022
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,29	6,21	29,27	190,70	91	2022
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	13,20	15,35	3,26	204,22	175	2022
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11	261	2022
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,6	1.6	2021
Итого за прием пищи:	760	24,17	26,90	82,10	665,58		
Всего за день:		47,77	44,53	166,34	1 551,68		

Меню приготавливаемых блюд
возрастная категория: от 12-18 лет 7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,66	0,47	28,63	137,35	1.5	2021
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	230	13,03	8,92	58,93	367,65	114	2022
ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)	60/50	8,40	9,48	9,16	156,05	187	2022
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВИТОШКА	200	0,00	0,00	0,00	296,00	ТТК	2011
Итого за прием пищи:	600	26,09	18,87	96,72	957,05		
Обед							
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,16	5,11	15,62	117,84	63	2022
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,29	6,21	29,27	190,70	91	2022
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	14,66	17,05	3,63	226,91	175	2022
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,19	0,00	10,09	41,11	261	2022
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,23	14,32	68,68	1.5	2021
ХЛЕБ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ ИЗ РЖАНО-ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	2,43	1,02	12,66	66,6	1.6	2021
Итого за прием пищи:	820	26,06	29,62	85,59	711,84		
Всего за день:		52,15	48,49	182,31	1 668,89		

Повар