



УТВЕРЖДЕНО:

ИП Сыропятова А.С.



Понедельник

9 октября

2023 г.

7-11 лет

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,80	0,15	99,00	9,88
104	Каша гречневая молочная с маслом	200/5	7,94	8,21	35,13	246,17	32,15
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	3,60
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Итого за прием	500	14,19	20,65	90,28	603,93	52,40
	Обед						
229	Горошек зеленый	60	1,88	1,97	4,19	46,73	9,78
63	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,67	5,06	8,51	86,26	22,45
217	Фрикадельки куриные	90	13,85	17,84	7,76	247,48	55,35
227	Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10	19,80
274	Кисель п/ягодный	200	1,36	0	29,02	116,19	7,35
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,40	42,00	1,25
	Итого за прием	740	27,48	30,57	103,81	797,76	117,23
	Итого за день	1240	41,67	51,22	194,09	1401,69	169,63

12 лет и старше

№ р	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Завтрак						
365	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,80	0,15	99,00	9,88
104	Каша гречневая молочная с маслом	250/5	9,88	10,21	43,70	306,21	36,15
299	Чай с сахаром	200	0	0	15,04	60,16	5,52
	Батон витаминизированный	60	4,50	1,44	30,36	150,60	3,60
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Итого за прием	550	16,13	22,65	98,85	663,97	56,40
	Обед						
229	Горошек зеленый	100	3,13	3,29	6,99	77,88	11,85
63	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83	24,70
217	Фрикадельки куриные	100	15,39	19,83	8,63	274,97	57,13
227	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	21,50
274	Кисель п/ягодный	200	1,36	0	29,02	116,19	7,35
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	48,00	1,25
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,40	42,00	1,25
	Итого за прием	870	31,79	36,20	116,67	920,18	125,03
	Итого за день	1420	47,92	58,85	215,52	1584,15	181,43