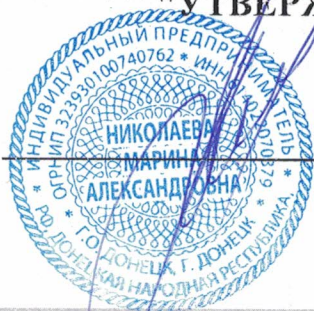


"УТВЕРЖДАЮ":

"СОГЛАСОВАНО":



ИП Николаева М.А.



С.С. Кузьменко

Дата: 06.05.2025

ДЕНЬ 2

МЕНЮ (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецепту
Завтрак			
12	Сыр (порциями)	Калорийность-41, Белки-3, Жиры-3	15
40	Яйца вареные яйца куриные, соль поваренная йодированная	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	209
143/7	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом молоко., хлопья овсяные, масло сливочное., сахар-песок	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-30	173
41	Хлеб пшеничный	Калорийность-96, Белки-3, Углеводы-20	299,01
200	Какао с молоком молоко., сахар-песок, какао-порошок	Калорийность-151, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	382,01
90	Яблоки свежие	Калорийность-42, Углеводы-9	500,03
Итого за		Калорийность-630, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-84	

Итого стоимость комплексного завтрака:

122,42

МЕНЮ (ГПД)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецепту
Обед			
200	Борщ с капустой и картофелем свекла., капуста белокочанная, картофель, морковь., лук репчатый, томат-паста, масло растительное., сметана., сахар-песок, мука пшеничная в/с, соль поваренная йодированная, лист лавровый	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	82
60	Салат из свеклы с огурцами солеными свекла., огурцы консервированные, горошек зеленый консервированный, масло растительное., лук репчатый	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	55
150/10	Каша рассыпчатая рисовая с маслом крупа рисовая, масло сливочное., соль.	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-40	171
70/5/15	Рыба, запеченная с сыром и луком (минтай) минтай (филе мороженное), лук репчатый, сыр твердый, масло растительное., соль., лимонная кислота	Калорийность-171, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5	234,02
37	Хлеб пшеничный	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	299,01
30	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	302
200	Компот из свежих плодов яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота	Калорийность-115, Углеводы-28	342

Итого за Обед Калорийность-843, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-121

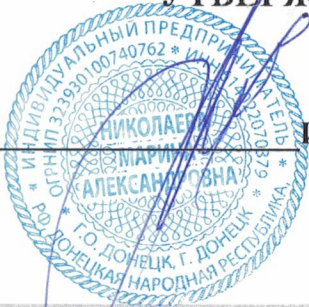
Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар

"УТВЕРЖДАЮ":

"СОГЛАСОВАНО":



ИП Николаева М.А.



Е.С. Кузьмина

Дата: 06.05.2025

ДЕНЬ 2
МЕНЮ (5-11 класс)
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецепту
<u>Обед</u>			
250	Борщ с капустой и картофелем свекла., капуста белокочанная, картофель, морковь., лук репчатый, томат-паста, масло растительное., сметана., сахар-песок, мука пшеничная в/с, соль поваренная йодированная, лист лавровый	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15	82
80	Салат из свеклы с огурцами солеными свекла., огурцы консервированные, горошек зеленый консервированный, масло растительное., лук репчатый	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	55
150/10	Каша рассыпчатая рисовая с маслом крупа рисовая, масло сливочное., соль.	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-40	171
70/5/15	Рыба, запеченная с сыром и луком (минтай) минтай (филе мороженное), лук репчатый, сыр твердый, масло растительное., соль., лимонная кислота	Калорийность-171, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5	234,02
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	299,01
30	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	302
200/7	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	Калорийность-62, Углеводы-15	377

Итого за Обед Калорийность-828, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-112

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар