

7 день

Утверждаю:

Заведующая структурным
подразделением

Капралихинской ООШ

А.А. Ульянов

2025.г

09 августа

меню для зала 2025.г

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак		10,3	18,0	98,5	596,0		
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	31.14	
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	11.25	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	1.81	
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	0,4	0,2	8,8	39		
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		
Фрукт в ассортименте	150	0,4	0,4	28	117		
Обед		30,1	24,7	151,4	947,6		
Овощи консервированные без уксуса	182	0,8	0,1	1,6	10,6		
или Икра кабачковая промышленного производства	105	1,9	4,1	7,7	75,0	9.25	
или Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54,0		
Суп гороховый с мясом и гречками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196,0	30.24	
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171,0	44.22	
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159,0	15.38	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5.13	
Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116	3.48	
Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	103		
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	107.70	
ИТОГО:		40,4	42,7	249,9	1543,6		

Повар-бригадир