

Утверждаю

Директор

Е. Н. Ригинко

МЕНЮ 8 сентября 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

День недели	Прием пищи	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	Завтрак	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,33	6,39	26,07	183,61	189	
	Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15	
	Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,08	12,38	0,12	112,20	14	
	Завтрак	Чай с лимоном и сахаром 54-3гн-20	200	0,25	0,01	7,39	31,81	143	
	Завтрак	БАТОН	25	1,88	0,73	12,85	65,50		
	Завтрак	Маффин (кекс)	40	5,6	3,20	15,20	108,00	ПРОМ.	
	Завтрак	АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,20	8,10	43,00		
			545	17,52	27,34	69,73	598,72		
1	Обед	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,45	4,10	8,60	77,34	99	
	Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80		
	Обед	ПЛОВ	240	27,72	20,56	42,00	464,74	265	
	Обед	Компот из сухофруктов 54 1хн-20	200	0	0,00	6,78	27,09	184	
	Обед	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	46,20	пром	
	Обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	57,60		
	Обед	Маффин (кекс)	40	5,6	3,20	15,20	108,00	ПРОМ.	
			790	38,77	28,3	96,36	788,77		
1	Полдник	ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	100	10,3	12,15	2,63	161,28	215	
	Полдник	РЯЖЕНКА	200	5,8	5,00	8,40	108,00	435	
	Полдник	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	38,40		
			320	17,42	17,33	19,51	307,68		
1	день:		1655	73,71	72,97	185,6	1695,17		

Старший повар:

Кузеванова З.А.

Ответственный по питанию: