

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат ed139e7b245f0e2ac5d4293767294e53
Владелец Мищенко Галина Николаевна
Действителен с 21.07.2025 по 14.10.2026

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 6						
ЗАВТРАК	Омлет с морковью	230	18,30	25,40	8,70	337,9
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,00	58,02
	Батон нарезной	80	6,00	2,32	44,00	209,6
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,6
	Повидло	30	0,00	0,00	14,00	4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	24,63	33,87	74,87	666,12
ЗАВТРАК 2	Кисломолочный напиток (молочный продукт)	200/200	5,6	5	18,4	123
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,6	5	18,4	123
ОБЕД	Соус красный основной	30	0,22	2,58	2	14,27
	Салат из белокочанной и морской капусты	100	1,6	2,2	11,2	90,7
	Суп картофельный с клецками на м/к бульоне	250/15/25	7,27	5,47	19,75	152,48
	Макаронные изделия отварные	180	7	5,16	44,39	244,96
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,6	26,25	117,5
	Хлеб ржаной	100	3,3	1,2	35,6	170,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,14	0	19	73,06
	Биточки, шницели, котлеты	100	11,4	17,73	10	162,22
ИТОГО ЗА ОБЕД		1010	34,8	34,9	168,2	1026
ПОЛДНИК	Булочка творожная	60	4,57	5,72	21,37	162,29
	Плоды свежие (апельсин)	200	1,80	0,40	28	86
	Напиток из шиповника	200	0,36	0,14	10,00	77,9
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	6,73	6,26	59,37	326,19
УЖИН	Бигус из птицы	230	5,78	10,14	33,35	360,04
	Кисель	200	0,02	0	9,95	37,4
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,6	26,25	117,5
	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,10	0,10	2,00	13
ИТОГО ЗА УЖИН		580	10,80	10,84	71,55	527,94
УЖИН 2	Кисломолочный напиток (молочный продукт)	200/200	5,60	5,00	18,00	123

ИТОГО ЗА УЖИН 2	200	5,60	5,00	18,00	123
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	3000	88,16	95,87	410,39	2792,25

№ рецептуры

307

493

111

106

1

299

456

4/1

146

164

110

109

508

381

479

112

519

176

503

110

108

299

