



11 день цикла меню (аллергия на рыбу)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из б/к капусты с кукурузой (капуста б/к, морковь, масло растительное, соль йодированная, кукуруза консервированная)	60	9,00	1,44	3,34	8,97	72,18
293/540	Цыплетя порциями в соусе красном основном (цыплетя порц., морковь, лук репчатый томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	38,60	8,90	10,71	1,60	167,90
309	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия из пшен. муки, слив. масло 72%, йодир. соль)	150	11,00	5,80	5,01	37,05	216,72
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>67,80</b>	<b>19,19</b>	<b>19,56</b>	<b>75,75</b>	<b>587,44</b>
<b>Обед</b>							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат. пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	21,84	2,71	7,40	3,20	105,30
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	35,00	6,90	8,10	10,79	130,10
302	Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	18,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Булочка Десертная (мука пшеничная, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные, сахар)	50	10,00	4,20	4,35	29,60	174,05
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	<b>Итого:</b>	<b>791</b>	<b>94,94</b>	<b>26,73</b>	<b>27,20</b>	<b>117,20</b>	<b>821,89</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1341</b>	<b>162,74</b>	<b>45,92</b>	<b>46,76</b>	<b>192,95</b>	<b>1409,33</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

*С.А. Кустова* / *С.А. Кустова*

Меню на "06" февраля 2023г  
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

11 день цикла (пеллажия)

№ рецептур	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			Энергетическая ценность
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
45	Салат из о/к капусты с кукурузой (капуста б/к, морковь, масло растительное, соль йодированная, кукуруза консервированная)	60	9,00	1,44	3,34	8,97	72,18
293/540	Цыплята порциями в соусе красном основном (цыплята порц., морковь, лук репчатый томатное пюре, мука пшенич., йодир. соль)	70/30	38,60	8,90	10,71	1,60	167,90
302	Каша гречневая рассыпчая (крупа гречневая, сл. масло, йодир. соль)	150	11,00	9,02	6,69	40,81	259,18
377	Чай с лимоном (чай черный, сахар, лимон св.)	200	6,00	0,16	0,03	10,22	43,04
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>67,80</b>	<b>20,72</b>	<b>21,27</b>	<b>70,50</b>	<b>587,30</b>
<b>Обед</b>							
82	Борщ с капустой и картофелем, мясом цыпленка, сметаной, зеленью (свекла, картофель, мясо кур, лук репч., морковь, томат.пюре, раст. масло, сметана 15%, сахар, йодир. соль, укроп зелень)	200/15/10/1	32,74	2,71	7,40	3,20	105,30
ПР/331	Тефтели из индейки с соусом сметанным с томатом (мясо индейки, крупа рисовая, яйцо кур., соус- томат. пюре, сметана 15%, мука пшенич., йодир. соль)	65/50	35,00	6,90	8,10	10,79	130,10
310	Картофель отварной со сливочным маслом маслом, зеленью (картофель, масло сливочное., соль йодир., зелень)	150	18,00	2,83	5,46	22,89	152,31
377	Чай фруктовый (ассорти) (вишня с/м, смородина с/м, сахар, чай черный)	200	6,00	0,15	0,05	10,38	42,86
ПР	Хлебцы безглютеновые кукурузно-рисовые	15	3,20	1,20	0,50	8,90	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>706</b>	<b>94,94</b>	<b>13,79</b>	<b>21,51</b>	<b>56,16</b>	<b>475,57</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1231</b>	<b>162,74</b>	<b>34,51</b>	<b>42,78</b>	<b>126,66</b>	<b>1 062,87</b>

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством М. Гагарин, М. Гагарин