

Столовая №6 (2 корпус)



Утверждаю: К. И. Карамов 2021 г.

Меню приготовления блюд

на «29» сентября 2021 год

Возрастная категория: ВЗ, шев.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя / День	<u>1/сентября</u>						
Завтрак	<u>Каши, Овсянка</u>	<u>200/10</u>	<u>5,6</u>	<u>7,6</u>	<u>29,5</u>	<u>232</u>	<u>196</u>
	<u>Бутерброды</u>	<u>30/10</u>	<u>2,4</u>	<u>8,6</u>	<u>14,62</u>	<u>146</u>	<u>1</u>
	<u>Какао с молоком</u>	<u>200</u>	<u>3,6</u>	<u>3,3</u>	<u>13,7</u>	<u>98</u>	<u>289(2)</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>60</u>	<u>4,6</u>	<u>0,5</u>	<u>28</u>	<u>138,6</u>	
Итого за завтрак			<u>16,2</u>	<u>20</u>	<u>85,82</u>	<u>614,6</u>	
<u>Обед.</u>	<u>Щи из св. капусты</u>	<u>250</u>	<u>1,7</u>	<u>5,6</u>	<u>8,4</u>	<u>91</u>	<u>53</u>
	<u>Каши, гречневая</u>	<u>180/15</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>25</u>	<u>179</u>	<u>185</u>
	<u>Творог из св. молока</u>	<u>40/50</u>	<u>14</u>	<u>15</u>	<u>3</u>	<u>200</u>	<u>270</u>
	<u>Чай с сахаром</u>	<u>200</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>15</u>	<u>60</u>	<u>283</u>
	<u>Пюре картофельное</u>	<u>100</u>	<u>3</u>	<u>3</u>	<u>5</u>	<u>60</u>	<u>-</u>
	<u>Салат из св. капусты (капусты белая)</u>	<u>50</u>	<u>1</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>82</u>	<u>5,04</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>30</u>	<u>3</u>	<u>0</u>	<u>23</u>	<u>118</u>	<u>-</u>
			<u>25,70</u>	<u>35,60</u>	<u>62,40</u>	<u>672</u>	

Старший повар Д. И. Карамов

Технолог