

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 1-4 ДОВЗ

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Сыр твердый	20	4,74	6,1		75,4	97
	Каша рисовая с маслом сливочным	200/10	16,95	24,04	42	369,25	257
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			29,49	34,68	92,1	705,85	
Обед							
	Кукуруза консервированная	60	1,85	0,34	1,85	44,23	
	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной	200/10	9,89	11,91	15,04	127,91	99,02
	Суфле из печени	90	1,37	3,49	1,33	42,41	7 018
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,93	9,68	32,9	205,19	171
	Чай с сахаром	200	0,37		23,27	86,51	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8	1,05
Итого за Обед			25,76	26,74	98,75	621,05	
Итого за день			55,25	61,42	190,85	1326,9	

(лист 2)

Рацион: 1-4 кл. СОШ Никитино

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Голубцы мясные (ленивые) с соусом сметанным	90	18,41	14,75	20,86	212,5	89
	Пюре картофельное	150	18,6	17,8	37,72	232,65	472
	Чай с сахаром	200/15	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
Итого за Завтрак			41,24	34,17	112,94	674,35	
Обед							
	Капуста морская промышленного производства	60	0,6	6		73,2	
	Рассольник "Ленинградский" с курицей	200	13,31	27,97	45,81	211,83	129
	Котлеты рубленные из бройлеров-цыплят	90	18,45	4,61	5,85	140	295
	Рис припущенный	150	3,6	4,75	52,4	255,83	305
	Чай с сахаром	200	0,37		23,27	86,51	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	Итого за Обед			40,16	44,95	156,67	903,57
Итого за день			81,4	79,12	269,61	1577,92	