



день: 23.05.2023г

8 вторник

7-11 лет

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	8,45
54-16к-2020	Каша "Дружба"	250	6,20	8,70	29,90	222,60	12,11
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	11,84
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	0,7
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	7,5
	Итого:	541	20,00	21,25	84,87	611,45	39,85



день: 26.05.2023
 11 пятница
 возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	10,8
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,30	4,4	131,3	25,29
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	9,24
54-2пн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,84
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,70	0,30	8,40	42,70	1,05
	Итого:	565	27,27	13,30	71,99	517,80	49,5



день: 27.05.2023
 12 суббота
 возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80	1	7,1	5,4	89,5	5,85
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,2	15,4	38,6	354,4	56,95
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,82
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,25
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	0,7
	Итого:	526	19,55	23,06	72,26	575,9	67,57