

день:
неделя:
возрастная категория:

6 понедельник
2
7-11 лет
осенне-
зимний

сезон:
01.03.2020



Фирма Роскачество М.П.

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	14
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	168,90	20
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,5
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,8
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,27	3,19	15,45	77,17	10
	Итого:	511	17,67	21,85	67,76	517,52	55,3

7 вторник
7-11 лет

03.03.26

День:
возрастная категория:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	Завтрак					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
			белки	жиры	углеводы				
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,10	5,80	81,5	2,5		
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему с говядиной	200	20,10	18,70	17,20	318,00	130		
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	3,00	0,00	6,70	27,90	4		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,8		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1		
Пром.	Фрукт (яблоко)***	100	0,4	0,4	9,8	47,00	13		
	Итого:	606	27,65	25,66	61,16	578,50	152,3		

день: 8 среда
 возрастная категория: 04.03.26
 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-60-2020	Яйцо вареное	60	7,2	6	0,45	84,9	10
54-9к-2020	КАША вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9	14
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	13
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,8
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	78
	Итого:	661	25,2	24,26	101,26	724,35	74,8

9 четверг
7-11 лет

день:
возрастная категория:

05.03.20

№ реч.	наименование блюда	масса порции				энергетическая ценность, ккал			СТОИМ.
		белки	жиры	углеводы	ккал	ккал	ккал	ккал	
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,87	22,00	5,50	295,7	88		
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,10	5,80	81,5	7,5		
54-11Г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	19		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,5		
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	7		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,8		
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1		
	Итого:	561,00	26,82	37,46	60,61	680,55	120,8		

день:
возрастная категория:

10 пятница
7-11 лет

06.03.26

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-5с-2020	Суп с фрикадельками мясными и овощами	200	8,64	4,32	13,92	129	79
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6,00	3,60	12,60	100,40	15
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,8
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	18
	Итого:	596	20,09	8,38	81,78	476,9	115