



"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

меню 18 января 2023

возрастная категория 7-11 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки	жиры(г)	углевод			
день 8	плов из птицы	190	25,4	21,25	44,61	471,3	304	42,67
завтрак	сыр российский	15	1,64	0,375	1,14	12,09	ПР	12,69
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с лимоном	200	0,15	0,005	14,33	51,44	№154 сб	6,67
	конфеты	30	1,2	11,85	16,26	170,7	ПР	17,22
итого:		465	30,8	33,78	91,67	780,8		82,25

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

меню 18 января 2023

возрастная категория 12-18 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецепта	цена, руб.
			белки	жиры(г)	углевод			
день 8	плов из птицы	210	25,4	21,25	44,61	471,3	304	44,67
завтрак	сыр российский	15	3,62	4,42	0,04	54,45	ПР	12,69
	хлеб пшеничный 1 сорт	30	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	3
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№943 сб	4,67
	конфеты	30	1,2	11,85	16,26	170,7	ПР	17,22
итого:		485	32,8	37,82	90,24	799,7		82,25

"Утверждаю"

ИП Шевченко О.Г.

Меню 1-11 ОВЗ

18 января 2023 г

прием пищи	наименование блюда	выход блюда (г)	пищевые вещества			№ рецепта	ЦЕНА	
			белки	жиры(г)	углевод			
1	2	3	4	5	6	9		
завтрак	каша пшеничная молочная	200	7,51	11,72	37,05	285	№182 сб	22,83
	батон нарезной в/с	20	2,43	0,3	15,33	75,3	ПР	2,5
	чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	№943 сб	4,67
обед	салат из свежей капусты	100	1,41	5,08	8,65	85,9	№43 сб	14,77
	суп картофельный с фасолью	250	5,6	10,84	19,23	144,4	102 сб	15,2
	рис отварной	150	3,65	2,37	36,68	209,7	304 сб	9
	мясо кур отварное	100	25,4	8,6	0,7	172		29,83
	крекер	10	1,1	1,02	10,25	45,25		2
	компот фруктовый	200	0,2	0,2	22,3	110	№859 сб	6
	хлеб пшеничный 1 сорт	25	2,41	0,25	14,2	71,5	ПР	2,67
хлеб ржаной	25	2,81	0,52	13,35	70,2	ПР	2,78	
итого:		1280	31,9	10,59	60,8	469		112,25

