

Утверждаю

Директор ООО «Компания ПродЭКО»

Н.В.Гартман



## МЕНЮ

### Для учащихся с 1 по 11 классы «23» января 2025г.

Номер рецептуры или технологической карты	Наименование блюда	Ед из м	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>							
366	Птица отварная	г	100	16,200	12,000	0,300	174,000
256	Макароны отварные	г	150	5,55	4,95	29,55	184,500
465	Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000
111	Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400
82	Фрукт	г	100	0,400	0,400	9,800	44,000
<b>Итого завтрак:</b>			<b>570</b>	<b>25,45</b>	<b>20,43</b>	<b>63,53</b>	<b>542,5</b>
<b>Обед</b>							
47	Винегрет с растительным маслом	г	100	1,3	6,2	6,5	87
114	Суп гороховый с мясом птицы	г	240/10	4,4	5,0	10,5	104,8
350	Тефтели с рисом «ежики»	г	100	9,4	8,1	9,9	150
202	Каша гречневая рассыпчатая	г	180	6,8	6,9	11,8	208,3
496	Напиток из шиповника	г	200	0,70	0,30	18,30	78,00
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	2,0	0,4	10,2	54,3
	Батон йодированный	г	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>Итого обед:</b>			<b>880</b>	<b>26,1</b>	<b>27,5</b>	<b>77,5</b>	<b>734,8</b>
<b>Полдник</b>							
542	Выпечка	г	80	5,6	8,9	37,1	252,0
459	Чай с лимоном	г	200	0,300	0,100	9,500	40,000
<b>Итого полдник:</b>			<b>280</b>	<b>5,9</b>	<b>9,0</b>	<b>46,6</b>	<b>292,0</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1730</b>	<b>59,0</b>	<b>56,7</b>	<b>185,9</b>	<b>1574,9</b>

Бухгалтер

О.В.Сидорова

Зав. Производством

И.А.Исаева