

меню (Льгота 7-11 лет)

Выход (т)	Наименование блюда	ККАЛ, белок, жиры, углеводы (г)	Всего калорий
<u>завтрак</u>			
170	Каша пшеничная, молочная с маслом 165/5	ККАЛ-144, Б-1, Ж-0, У-25	24-00
70	Омлет с сыром, с маслом сливочным 65/5	ККАЛ-151, Б-1, Ж-17, У-9	52-00
200	Чай фруктово-ягодный	ККАЛ-100, Б-0, У-22	19-00
40	Батон	ККАЛ-137, Б-3, Ж-0, У-11	7-00
20	Хлеб ржаной	ККАЛ-54, Б-1, У-10	2-00
Итого за завтрак		ККАЛ-584, Б-5, Ж-20, У-70	104-00
<u>обед</u>			
90	Щипель по-Романовски	ККАЛ-225, Б-1, Ж-10, У-11	34-00
150	Овощное пюре Рыжик 150	ККАЛ-112, Б-0, Ж-0, У-11	32-00
200	Напиток из с/фр	ККАЛ-117, Б-0, У-20	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-111, Б-0, Ж-0, У-21	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-1, У-10	4-00
Итого за обед		ККАЛ-625, Б-20, Ж-20, У-60	104-00
<u>полдник</u>			
50	Пирожок с творогом	ККАЛ-221, Б-10, Ж-10, У-17	22-00
200	Чай с сахаром с молоком 200	ККАЛ-100, Б-2, Ж-0, У-20	9-00
100	Мандарины свежие	ККАЛ-35, Б-1, У-8	33-00
Итого за полдник		ККАЛ-356, Б-18, Ж-12, У-45	64-00

Пермяков Е.В.

Пермяков Е.В.

Пермяков Е.В.

ИП Пермяков Е.В.
ИНН 38040236210
Пермяков Е.В.

меню (БП, РП 12-18 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	м. цев. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микро-элементы (мг)	С стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
203	Каши пшеница молочная с маслом 200/5	ККА: 1210, Б: 4, Ж: 7, У: 23	28-00
110	Омлет с сыром, с маслом сливочным 105/5	ККА: 1174, Б: 9, Ж: 14, У: 2	75-00
200	Чай фруктово-ягодный	ККА: 100, Б: 1, У: 29	19-00
50	Батон	ККА: 1142, Б: 1, Ж: 1, У: 26	9-00
30	Хлеб ржаной	ККА: 151, Б: 2, У: 10	4-00
Итого за завтрак			135-00
<u>обед</u>			
100	Шницель по-Романовски 100	ККА: 1221, Б: 14, Ж: 12, У: 10	62-00
180	Овощное пюре Рыжик 180	ККА: 1134, Б: 4, Ж: 5, У: 17	38-00
200	Кисель из свежих яблок	ККА: 1111, У: 28	21-00
70	Хлеб пшеничный	ККА: 1104, Б: 5, Ж: 1, У: 34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККА: 108, Б: 1, Ж: 1, У: 13	5-00
Итого за обед			135-00
<u>полдник</u>			
50	Булочная мелочь со сгущенным молоком	ККА: 1100, Б: 9, Ж: 8, У: 18	25-00
200	Чай с сахаром с молоком 200	ККА: 1100, Б: 2, Ж: 1, У: 20	9-00
100	Маффины свежие	ККА: 1135, Б: 1, У: 8	33-00
Итого за полдник			67-00



Выход (г)	Наименование блюда	на 100 г, граммов, без учета посуды (г)	на 100 г, граммов, с учетом посуды (г)
<u>завтрак</u>			
200	Каша пшеничная, молочная с маслом 195/5	ККА 1,21, б-0,5, Ж 0,5, У 2,0	25-00
40	Омлет с сыром	ККА 1,55, б-0,5, Ж 0,5, У 1,0	25-00
200	Чай вишневый	ККА 1,03, б-0,2, Ж 0,0, У 0,0	6-00
40	Батон	ККА 1,11, б-0,1, Ж 0,1, У 0,0	7-00
20	Хлеб ржаной	ККА 1,34, б-0,1, Ж 0,1, У 0,0	2-00
Итого за завтрак		ККА 4,24, б-0,4, Ж 0,2, У 3,0	65-00
<u>обед</u>			
200	Суп гороховый 200	ККА 1,19, б-0,4, Ж 0,4, У 1,0	9-00
90	Щицель по-Романовски	ККА 1,25, б-0,2, Ж 0,3, У 1,0	54-00
150	Овощное пюре Рыжик 150	ККА 1,12, б-0,2, Ж 0,1, У 1,4	32-00
200	Напиток из с/фр	ККА 1,11, б-0,1, Ж 0,0, У 0,0	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККА 1,17, б-0,1, Ж 0,2, У 0,0	6-00
30	Хлеб ржаной	ККА 1,51, б-0,2, Ж 0,1, У 0,0	4-00
Итого за обед		ККА 4,24, б-0,9, Ж 0,8, У 3,4	113-00
<u>полдник</u>			
50	Пирожок с творогом	ККА 1,21, б-0,0, Ж 0,0, У 1,1	22-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККА 1,175, б-0,2, Ж 0,0, У 0,0	30-00
80	Яблоки свежие	ККА 1,36, б-0,8, Ж 0,0, У 0,0	15-00
Итого за полдник		ККА 2,745, б-0,0, Ж 0,0, У 1,1	67-00

N/A

Первый год: 15

Выход (г)	Наименование блюда	№ рецептуры	Анализ
	<u>запекан</u>		
200	Каша пшенная -молочная с маслом 195/5	ККА-1-215, б-8 Ж-10 У-23	25-00
54	Яйцо вареное	ККА-1-76, б-4 Ж-8	21-00
200	Чай вишневый	ККА-1-113, У-1	6-00
50	Батон	ККА-1-117, б-1 Ж-1 У-36	9-00
30	Хлеб ржаной	ККА-1-11, б-2 У-30	1-00
	Итого на завтрак	ККА-9-873, б-18 Ж-17 У-82	65-00
	<u>обед</u>		
250	Суп гороховый 250	ККА-1-126, б-8 Ж-4 У-19	14-00
100	Щипель по-Романовски 100	ККА-1-21, б-14 Ж-12 У-19	62-00
180	Овощное пюре Рыжик 180	ККА-1-134, б-4 Ж-8 У-17	38-00
200	Напиток из с/фр	ККА-1-117, У-1	8-00
70	Хлеб пшеничный	ККА-1-164, б-8 Ж-1 У-34	9-00
40	Хлеб ржаной	ККА-1-68, б-8 Ж-1 У-30	5-00
	Итого на обед	ККА-1-504, б-4 Ж-1 У-127	136-00
	<u>ужин</u>		
50	Пирожок с творогом	ККА-1-22, б-8 Ж-1 У-37	22-00
200	Сок фруктовый 1/200	ККА-1-175, б-2 У-30	30-00
80	Яблоко свежее	ККА-1-36, У-8	13-00
	Итого на ужин	ККА-1-430, б-18 Ж-1 У-65	65-00

