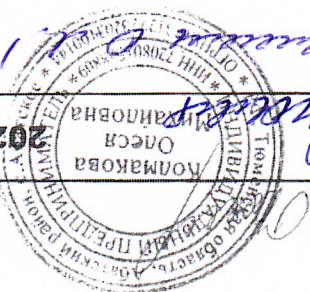


с 12 лет и старше

Утверждаю:



7 день Меню для детей ОБЗ,СВО на 5 недель 2025 г.

Наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Итого:						
Завтрак								30/15	2,5	9,9	14,5	157,0	18,00	
								200	6,4	7,2	27,0	198,0	42,64	
Чай с сахаром								200	0,1	0,0	12,6	51,0	3,90	
								150	0,4	0,4	28	117	25,00	
Хлеб пшеничный								20	0,4	0,2	8,8	38	2,50	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
Обед								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
Пюре картофельное								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
Компот из смеси сухофруктов								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
Хлеб ржаной								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3	7,6	34,0	2,50	
								24,6	14,1	108,2	658,0			
								250/20	6,5	4,8	31,8	196,0	42,58	
								100	13,2	5,1	18,1	171,0	64,58	
								180	3,7	4,1	26,7	159,0	31,40	
								200	0,5	0,0	15,2	63,0	6,70	
								40	0,8	0,4	17,6	79,0	3,80	
								20	0,5	0,3				

Повар-бригадир