

КШП ИП Ковалев И.Н.

24 марта 2025 г.

Согласовано

Директор

МЕНЮ НА 24.3.2025г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10	4,24
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	54,76
2	Хлеб пшеничный	39,9	2,64	0,00	0,26	0,26	18,71	89,34	2,87
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	9,60
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			22,59	10,78	13,09	2,36	82,87	528,87	71,47
Первый прием пищи ОБЗ									
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,77	0,00	2,30	2,30	45,96	227,88	4,71
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	54,76
2	Хлеб пшеничный	39,6	2,62	0,00	0,26	0,26	18,57	88,66	2,85
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
Итого за 'Первый прием пищи ОБЗ'			22,66	10,78	13,17	2,63	73,98	493,99	66,22
Второй прием пищи ОБЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	9,60
16/1	Мультизлаковая конфета "O.ZLAKI" ин/уп.(1/10 гр)	10	0,07	0,07	0,01	0,00	8,08	31,32	6,00
Итого за 'Второй прием пищи ОБЗ'			1,07	0,07	0,21	0,00	28,68	117,80	15,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	27,00
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10	4,24
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	54,76
2	Хлеб пшеничный	37,5	2,48	0,00	0,25	0,25	17,59	83,96	2,70
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			22,25	10,78	13,52	2,99	85,80	539,52	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	1,58	0,00	5,97	5,97	9,22	92,55	11,96
358	Суп картофельный с пельменями.	250	6,65	0,00	6,13	5,23	20,64	160,66	31,20
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	12,30
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 4)	100	15,00	13,25	10,42	1,42	10,72	196,43	61,38
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	3,42
2	Хлеб пшеничный	27,2	1,80	0,00	0,18	0,18	12,76	60,90	1,96
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,48
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			33,34	13,29	27,44	13,91	111,59	816,26	127,60