

Меню завтраков (Безлактозное) для учащихся 1-4 классов.

на период 04.03.24 - 15.03.24



	8427	Цена по результатам аукциона	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 04.03.24								
Завтрак								
1	Яйцо вареное		575/3/1998.	40	5.080	4.600	0.280	62.800
2	Каша пшеничная на воде без масла		548/1/1998г.	200	4.600	1.320	36.580	176.700
3	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	110	0.440	0.000	12.430	50.600
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		550	10.32	5.92	59.339	331.518
	Итого за день:	90.00 р.		550	10.32	5.92	59.339	331.518
Вторник 05.03.24								
Завтрак								
1	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90	10.374	6.744	4.351	119.372
2	Картофель отварной(без масла)		423/3/1998.	200	4.133	0.207	40.713	171.534
3	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		490	14.77	6.951	55.323	334.704
	Итого за день:	90.00 р.		490	14.77	6.951	55.323	334.704
Среда 06.03.24								
Завтрак								
1	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250	19.647	9.671	30.873	282.417
2	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		450	19.943	9.671	42.278	329.715
	Итого за день:	90.00 р.		450	19.943	9.671	42.278	329.715
Четверг 07.03.24								
Завтрак								
1	Капуста тушеная с мясом		440/3/1998.	250	18.632	23.502	24.206	373.743
2	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		450	18.832	23.502	34.255	415.161
	Итого за день:	90.00 р.		450	18.832	23.502	34.255	415.161
Пятница 08.03.24								
Завтрак								
1	Тфтели(биточки) "Натуральные"(в) запеченые		ТПП	75	9.010	6.609	6.630	121.955
2	Макаронные изделия отварные (без масла)		940/2/1998.	200	7.480	0.884	47.940	229.840
3	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		475	16.753	7.493	64.829	395.593
	Итого за день:	90.00 р.		475	16.753	7.493	64.829	395.593
Понедельник 11.03.24								
Завтрак								
1	Каша ячневая на воде без масла		548/1/1998г.	200	4.618	0.577	39.018	178.872
2	Яйцо вареное		575/3/1998.	40	5.080	4.600	0.280	62.800
3	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	110	0.440	0.000	12.430	50.600
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		550	10.338	5.177	61.777	333.69
	Итого за день:	90.00 р.		550	10.338	5.177	61.777	333.69
Вторник 12.03.24								
Завтрак								
1	Птица(курица гр. б) запеченая		894/3/1998.	90	26.208	31.351	1.008	390.731
2	Макаронные изделия отварные (без масла)		940/2/1998.	200	7.480	0.884	47.940	229.840
3	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		490	33.951	32.235	59.207	664.369
	Итого за день:	90.00 р.		490	33.951	32.235	59.207	664.369

Среда 13.03.24							
Завтрак							
1	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	250	19.647	9.671	30.873	282.417
2	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-20 20	200	0.296	0.000	11.405	47.298
Итого за Завтрак:		90.00 р.	450	19.943	9.671	42.278	329.715
Итого за день:		90.00 р.	450	19.943	9.671	42.278	329.715
Четверг 14.03.24							
Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/ 3/1998	125	11.954	11.457	13.274	203.995
2	Гречка отварная без масла	931/3/1998.	200	11.642	3.049	52.760	284.592
3	Чай с сахаром	1203/3/199 8г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
Итого за Завтрак:		90.00 р.	525	23.796	14.506	76.083	530.005
Итого за день:		90.00 р.	525	23.796	14.506	76.083	530.005
Пятница 15.03.24							
Завтрак							
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	100	14.677	16.182	6.505	223.031
2	Макаронные изделия отварные (без масла)	940/2/1998.	200	7.480	0.884	47.940	229.840
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
Итого за Завтрак:		90.00 р.	500	22.42	17.066	64.704	496.669
Итого за день:		90.00 р.	500	22.42	17.066	64.704	496.669
ИТОГО ЗА Завтрак:		900.00 р.	4930	191.066	132.192	560.073	4161.139
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		900.00 р.	4930	191.066	132.192	560.073	4161.139
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		90.00 р.	493	19.11	13.22	56.01	416.11
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.692	2.931	

Примечание: Безлактозное меню

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____