

Утверждаю:

Лилия

"11 " марта 2022 г.

Меню для детей (11 и старше) на 11 марта 2022 г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19,8	23,1	80,1	605,6	38,96
Каша «Дружба» с маслом	200/5	6,6	8,3	34,3	238	14,82	
Бутерброд с маслом	40/15	2,5	9,9	14,5	157,1	14,64	
Чай с молоком	200	0,7	0,1	19,8	82,9	7,58	
Хлеб ржаной	40	1,1	0,2	14,1	60,8	1,92	
Обед			28,1	28,6	133,0	901,5	136,60
Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	63,9	24,51	
Рассольник домашний с говядиной и сметаной	250/10/5	4,7	6,5	13,7	132	28,48	
Печень, тушеная в соусе	100/50	12,9	12,4	5,3	184,4	56,76	
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	10,90	
Компот из кураги	200	0,9	0,0	27,0	111,6	11,83	
Хлеб ржаной	43	2,8	0,6	26,2	121,6	2,06	
Хлеб пшеничный	43	2,0	0,6	16,2	77,8	2,06	
Итого:		47,9	51,7	213,1	1507,1	175,56	

Дополнительное питание 5-8

Чокопай

28 3,5 3,7 34,5 185,3 14,00

Завхоз:

Лилия

Повар:

Маша