

Утверждаю:

Гинет

18 ноября 2021 г.

Меню для детей (7-11 л) на 18 ноября 2021г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		21,5	24,6	94,2	682,4	75,72
Пудинг творожный запеченный с молоком сгущенным	170	13,2	12,3	36,0	307,5	51,87
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	9,16
Чоко пай	50	3,2	3,6	22,7	136,0	12,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	1,25
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,44
Обед		25,1	24,7	111,2	767,9	88,83
Салат из свеклы с сыром и чесноком	80	3,8	8,9	3,7	110	1,04
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	250/10/5	4,2	6,2	15,4	134,2	24,00
Курица, в соусе с томатом	100	10,6	9,5	1,8	135	44,28
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	12,13
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	4,02
Хлеб ржаной	35	1,4	0,2	18,8	82,6	1,68
Хлеб пшеничный	35	1,5	0,4	12,2	58,4	1,68
Итого:		46,6	49,3	205,4	1450,3	164,55

Дополнительное питание 1-4

Яблоко	173	0,1	0,2	5,7	25	27,68
Чоко пай	50	3,2	3,6	22,7	136,0	12,00
Йогурт молочный	100	1,8	1,5	4,5	38,7	19,00
Вафли	50	2,1	3,1	25,0	136,3	14,00

Завхоз:

Риф

Повар:

Михаил