

Утверждаю:

"9 " декабря 2021 г.

Меню для детей (11 и старше) на 9 декабря 2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		23,7	28,7	97,9	742,9	75,98
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	19,63
Бутерброд с маслом и сыром	50/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	24,62
Яблоко	137	0,4	0,0	14,4	59,2	21,73
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	7,60
Хлеб ржаной	50	1,1	0,2	14,1	60,8	2,40
Обед		30,1	28,3	130,9	904,9	115,99
Салат «Летний»	100	5,4	10,2	5,9	137,0	10,16
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	27,10
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	37,42
Рис припущенный с кукурузой	180	4,1	5,9	31,1	193,9	12,51
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	24,00
Хлеб ржаной	50	2,8	0,6	26,2	121,6	2,40
Хлеб пшеничный	50	2,0	0,6	16,2	77,8	2,40
Итого:		53,8	57,0	228,8	1647,8	191,97

Дополнительное питание 1-4

Йогурт	100	3,5	7,5	9,5	120	48,00
--------	-----	-----	-----	-----	-----	-------

Печенье	100	3,5	3,7	34,5	185,3	48,00
---------	-----	-----	-----	------	-------	-------

Вафли 2шт	50	3,5	3,7	34,5	185,3	14,00
-----------	----	-----	-----	------	-------	-------

Печенье	50	3,5	3,7	34,5	185,3	15,00
---------	----	-----	-----	------	-------	-------

Дополнительное питание 5-8

Печенье 2шт	50	3,5	3,7	34,5	185,3	15,00
-------------	----	-----	-----	------	-------	-------

Завхоз:

Утверждаю:

9 декабря 2021 г.

Меню для детей (7-11 л) на 9 декабря 2021г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			14,3	14,7	94,2	682,4	59,52
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	14,91	
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/15	6,1	7,8	7,9	126,2	16,17	
Яблоко	143	0,4	0,0	14,4	59,2	22,84	
Чай с лимоном и апельсином Цитрусовый заряд»	200/20/10	0,2	0,0	15,5	62,8	4,16	
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,44	
Обед			26,7	26,9	111,2	767,9	85,43
Салат «Летний»	80	5,0	7,3	4,8	104,9	5,68	
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	18,60	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	37,42	
Рис припущенный с кукурузой	150	3,5	5,0	27,8	170	12,92	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0	7,17	
Хлеб ржаной	38	1,4	0,2	18,8	82,6	1,82	
Хлеб пшеничный	38	1,5	0,4	12,2	58,4	1,82	
Итого:		41,0	41,6	205,4	1450,3	144,95	

Завхоз: Толл

Повар: Шо