

20 декабря 2021 г.

Меню для детей (7-11 л) на 20 декабря 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	81,01
Суп молочный с кукурузной крупой	250	6,3	7,7	24,2	191	13,08
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	23,66
Яблоко	160	0,4	0,0	14,4	59,2	25,60
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	17,23
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,44
Обед		25,1	24,7	111,2	767,9	35,16
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	80	1,2	4,0	2,9	52,4	7,50
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	11,47
Курица, запеченная в сметанном соусе	100	19,3	10,9	2,2	184	1,92
Картофель отварной с маслом	180	3,1	3,3	24,5	140	3,40
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	7,51
Хлеб ржаной	35	1,4	0,2	18,8	82,6	1,68
Хлеб пшеничный	45,4	1,5	0,4	12,2	58,4	1,68
Полдник		6,4	7,2	45,4	272,0	64,00
Печенье	50	3,2	3,6	22,7	136,0	50,00
Вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	14,00
Итого:		46,6	49,3	205,4	1450,3	180,17

Завхоз: Селл

Повар: Мло

Утверждаю:

Лисенко

"20 " 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	93,70
Суп молочный с кукурузной крупой	200	13,5	10,8	30,2	272	28,38	
Бутерброд с маслом и сыром	40/10/20	2,5	9,9	14,5	157,1	24,14	
Яблоко	173	3,2	3,6	22,7	136,0	27,68	
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	10,21	
Хлеб ржаной	40	1,1	0,2	14,1	60,8	1,92	
Обед			30,1	28,3	130,9	904,9	201,17
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	0,8	5,0	2,5	58	4,82	
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	19,94	
Курица, запеченная в сметанном соусе	120	14,0	12,2	5,9	196	150,02	
Картофель отварной с маслом	180	3,8	3,4	41,1	210,2	4,55	
Сок в ассортименте	200	0,9	0,0	27,0	111,6	17,72	
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:		53,8	57,0	228,8	1647,8	294,87	

Дополнительное питание 1-4

Печенье

100 3,2 3,6 22,7 136,0 50,00

Йогурт

100 3,5 7,5 9,5 120,0 48,00

Завхоз:

Тайфе

Повар:

Евдо