

Утверждаю:

*Гусь*

**22 декабря 2021 г.**

<b>Меню для детей (7-11 л) на 22 декабря 2021г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>21,5</b>	<b>24,6</b>	<b>94,2</b>	<b>682,4</b>	<b>50,96</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	200/5	6,5	6,7	26,0	190	11,01	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	5,30	
Печенье	50	3,2	3,6	22,7	136,0	15,00	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	18,21	
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,44	
<b>Обед</b>			<b>25,1</b>	<b>24,7</b>	<b>111,2</b>	<b>767,9</b>	<b>23,65</b>
Нарезка из свеклы отварной с маслом	80	1,1	4,0	5,4	62,0	0,15	
Уха ростовская	250/60	8,5	6,7	18,9	169,7	3,09	
Котлета из говядины	90	8,1	11,8	14,3	195,8	2,43	
Каша гречневая вязкая отварная	150	1,7	4,5	24,3	148,6	14,05	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	1,05	
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	18,8	82,6	1,44	
Хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58,4	1,44	
<b>Полдник</b>			<b>6,4</b>	<b>7,2</b>	<b>45,4</b>	<b>272,0</b>	<b>42,00</b>
Вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	14,00	
Чоко пай 2шт	50	3,2	3,6	22,7	136,0	14,00	
<b>Итого:</b>		<b>46,6</b>	<b>49,3</b>	<b>205,4</b>	<b>1450,3</b>	<b>116,61</b>	

Завхоз: *Толк*

Повар: *Мле*

Утверждаю:

*Лисов*

"22 " декабря 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>23,7</b>	<b>28,7</b>	<b>97,9</b>	<b>742,9</b>	<b>81,10</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	200/5	6,5	6,7	26,0	190	15,66	
Бутерброд с маслом	40/15	2,5	9,9	14,5	157,1	1,92	
Йогурт сливочный	115	3,5	6,5	9,5	120,0	48,00	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	13,60	
Хлеб ржаной	40	1,1	0,2	14,1	60,8	1,92	
<b>Обед</b>			<b>30,1</b>	<b>28,3</b>	<b>130,9</b>	<b>904,9</b>	<b>238,47</b>
Нарезка из свеклы отварной с маслом	100	1,4	5,0	6,8	78	0,73	
Уха ростовская	250/60	8,5	6,7	18,9	169,7	80,13	
Котлета из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	125,67	
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	10,50	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	17,60	
Хлеб ржаной	40	2,8	0,6	26,2	121,6	1,84	
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	1,84	
<b>Итого:</b>		<b>53,8</b>	<b>57,0</b>	<b>228,8</b>	<b>1647,8</b>	<b>355,57</b>	

Дополнительное питание 1-4

Йогурт 115 3,5 6,5 9,5 120,0 48,00

Печенье 100 3,2 3,6 22,7 136,0 48,00

Завхоз: *Лисов*

Повар: *Лисов*