

Утверждаю:

Зинер А.В. Зинерова

"23" декабря 2021 г.

Меню для детей (11 и старше) на 23 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	107,40
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	19,49	
Бутерброд с сыром	40/30	7,2	7,8	11,9	147	23,67	
Йогурт	115	3,5	6,5	9,5	120,0	48,00	
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	14,32	
Хлеб ржаной	40	1,1	0,2	14,1	60,8	1,92	
Обед			30,1	28,3	130,9	904,9	179,69
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	5,1	9,6	90,7	1,24	
Борщ «Украинский» с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,9	19,7	151,5	37,34	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	126,15	
Рис припущенный с кукурузой	180	4,1	5,9	31,1	193,9	10,14	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	0,70	
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	338,45	

Дополнительное питание 1-4

Яблоко 201 2,0 0,1 22,5 98,9 32,16

Печенье 170 3,5 6,5 9,5 136,0 48,00

Завхоз: Теллер

Повар: Мло

23 декабря 2021 г.

Меню для детей (7-11 л) на 23 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	85,33
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	12,62
Бутерброд с сыром	30/20	5,7	6,2	7,2	107	14,06
Печенье	170	3,2	3,6	22,7	136,0	50,00
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	7,21
Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,44
Обед		25,1	24,7	111,2	767,9	52,35
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,3	4,1	7,7	72,7	0,58
Борщ «Украинский» с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,9	19,7	151,5	6,36
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	2,87
Рис припущенный с кукурузой	150	3,5	5,0	27,8	170	29,98
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	9,20
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
Полдник		5,5	7,6	45,2	218,9	92,00
Яблоко	275	2,0	0,1	22,5	98,9	44,00
Йогурт	115	3,5	7,5	22,7	120,0	48,00
Итого:		46,6	49,3	205,4	1450,3	229,68

Завхоз: Толт

Повар: Мор