

11 Января 2022 г.

<b>Меню для детей (7-11 л) на 11 января 2022г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>11,8</b>	<b>15,9</b>	<b>84,7</b>	<b>529,3</b>	<b>60,19</b>
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	16,16	
Бутерброд с маслом	25/10	2,2	7,4	14,5	133,9	9,90	
Яблоко	114	0,4	0,0	14,4	59,2	21,83	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	12,10	
Хлеб ржаной	25	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20	
<b>Обед</b>			<b>26,4</b>	<b>28,2</b>	<b>83,9</b>	<b>695,5</b>	<b>93,34</b>
Нарезка из свежих огурцов	80	0,6	0,1	1,8	10,5	13,92	
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	18,45	
Курица запеченная «Домашняя»	90	14,6	12,6	0,6	174,2	43,53	
Рагу овощное	150	3,5	9,4	15,8	161,8	3,26	
Сок в ассортименте	174	0,4	0,0	22,0	90	10,02	
Хлеб ржаной	43,4	1,4	0,2	18,8	82,6	2,08	
Хлеб пшеничный	43,4	1,5	0,4	12,2	58,4	2,08	
<b>Итого:</b>		<b>38,2</b>	<b>44,1</b>	<b>168,6</b>	<b>1224,8</b>	<b>153,53</b>	

Завхоз: Даль

Повар: Иван

"11 " января 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>12,4</b>	<b>18,5</b>	<b>89,4</b>	<b>572,1</b>	<b>61,15</b>
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6.5	6,1	30,2	202	16,16	
Бутерброд с маслом	35/15	2,5	9,9	14,5	157,1	9,38	
Яблоко	114	0,4	0,0	14,4	59,2	21,83	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	12,10	
Хлеб ржаной	35	1,1	0,2	14,1	60,8	1,68	
<b>Обед</b>			<b>30,8</b>	<b>33,2</b>	<b>114,7</b>	<b>881,2</b>	<b>122,95</b>
Нарезка из свежих огурцов	100	0,7	0,1	1,9	11,3	17,40	
Борщ из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	31,97	
Курица запеченная «Домашняя»	100	16,2	15,1	0,7	203,5	49,02	
Рагу овощное	180	4,2	11,3	23,0	211	6,21	
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	14,35	
Хлеб ржаной	41,6	2,3	0,6	26,2	121,6	2,00	
Хлеб пшеничный	41,6	2,0	0,6	16,2	77,8	2,00	
<b>Итого:</b>		<b>43,2</b>	<b>51,7</b>	<b>204,1</b>	<b>1453,3</b>	<b>184,10</b>	

Дополнительное питание 1-4

Йогурт молочный 100 1,8 1,5 4,5 38,7 26,00

Печенье 50 3,5 3,7 34,5 185,3 14,00

Завхоз: Телл

Повар: Иван