

11 Января 2022 г.

Меню для детей (7-11 л) на 11 января 2022г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			11,8	15,9	84,7	529,3	60,19
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	
Обед			26,4	28,2	83,9	695,5	93,34
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	
Итого:		38,2	44,1	168,6	1224,8	153,53	

Завхоз: Даль

Повар: Иван

"11 " января 2022 г.

Меню для детей (11 и старше) на 11 января 2022 г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			12,4	18,5	89,4	572,1	61,15
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	
Обед			30,8	33,2	114,7	881,2	122,95
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	
Итого:		43,2	51,7	204,1	1453,3	184,10	

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