

Утверждаю:

*Лис*

14 Января 2022 г.

<b>Меню для детей (7-11 л) на 14 января 2022г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>15,6</b>	<b>21,9</b>	<b>96,0</b>	<b>643,2</b>	<b>41,11</b>
Каша «Дружба» с маслом	200/5	6,6	8,3	34,3	238	12,35	
Бутерброд с маслом	25/10	2,3	7,4	14,5	133,8	8,90	
Вафли в индивидуальной упаковке	50	3,2	3,6	22,7	136,0	16,00	
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	2,66	
Хлеб ржаной	25	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20	
<b>Обед</b>			<b>29,9</b>	<b>22,4</b>	<b>124,6</b>	<b>820,3</b>	<b>86,02</b>
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80/4	1,0	4,0	3,4	54	18,62	
Суп гороховый с гречками	250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	6,15	
Курица, запеченная в сметанном соусе	100	19,3	10,9	2,2	184	38,92	
<del>Макаронные изделия отварные</del>	<del>150</del>	<del>3,2</del>	<del>2,8</del>	<del>34,3</del>	<del>175,2</del>	<del>8,47</del>	
Сок в ассортименте	174	0,4	0,0	22,0	90	10,02	
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	1,92	
Хлеб пшеничный	40	1,5	0,4	12,2	58,4	1,92	
<b>Итого:</b>		<b>45,5</b>	<b>44,3</b>	<b>220,6</b>	<b>1463,5</b>	<b>127,13</b>	

Завхоз: *Толк*

Повар: *Лис*

Утверждаю:



"14 " января 2022 г.

<b>Меню для детей (11 и старше) на 14 января 2022 г.</b>						
наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>16,2</b>	<b>24,5</b>	<b>100,7</b>	<b>686,0</b>	<b>45,92</b>
Каша «Дружба» с маслом	200/5	6,6	8,3	34,3	238	12,35
Бутерброд с маслом	35/15	2,5	9,9	14,5	157,1	13,23
Вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	16,00
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	2,66
Хлеб ржаной	35	1,1	0,2	14,1	60,8	1,68
<b>Обед</b>		<b>35,8</b>	<b>26,1</b>	<b>149,0</b>	<b>974,3</b>	<b>108,86</b>
Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100/5	1,2	5,0	4,3	67	22,77
Суп гороховый с гренками	250/20	3,1	4,1	31,7	176,1	6,34
Курица, запеченная в сметанном соусе	120	22,0	12,4	2,5	210	54,93
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	10,51
Сок в ассортименте	182	0,9	0,0	27,0	111,6	10,47
Хлеб ржаной	40	2,8	0,6	26,2	121,6	1,92
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8	1,92
<b>Итого:</b>		<b>52,0</b>	<b>50,6</b>	<b>249,7</b>	<b>1660,3</b>	<b>154,78</b>

Дополнительное питание 1-4

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

Вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	16,00
-------	----	-----	-----	------	-------	-------

Печенье	50	3,2	3,6	22,7	136,0	15,00
---------	----	-----	-----	------	-------	-------

Дополнительное питание 5-8

Вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	16,00
-------	----	-----	-----	------	-------	-------

Печенье	50	3,2	3,6	22,7	136,0	15,00
---------	----	-----	-----	------	-------	-------