

Утверждаю:

Линь

18 Января 2022 г.

Меню для детей (7-11 л) на 18 января 2022г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			14,8	15,0	60,1	433,8	57,79
Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	13,01	
Бутерброд с сыром	30/20	5,7	6,2	7,2	107	16,04	
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке	100	1,8	1,5	4,5	38,7	26,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	1,30	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,1	9,4	41,3	1,44	
Обед			25,3	26,1	102,8	747,3	89,70
Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	80	0,6	4,0	2,0	46,4	14,54	
Суп с крупой с мясом	250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	16,73	
Жаркое по-домашнему	200	14,5	15,1	26,0	297,9	48,98	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	5,13	
Хлеб ржаной	45	1,4	0,2	18,8	82,6	2,16	
Хлеб пшеничный	45	1,5	0,4	12,2	58,4	2,16	
Итого:		40,1	41,1	162,9	1181,1	147,49	

Завхоз:

СФ

Повар:

М

Утверждаю:

Лилия

"18 " января 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			16,7	16,7	69,5	493,3	65,19
Каша рисовая молочная жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	13,01	
Бутерброд с сыром	31/30	7,2	7,8	11,9	147	23,39	
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке	100	1,8	1,5	4,5	38,7	26,00	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	1,30	
Хлеб ржаной	31	1,1	0,2	14,1	60,8	1,49	
Обед			28,1	29,6	121,7	865,2	89,50
Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58	18,17	
Суп с крупой с мясом	250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	12,35	
Жаркое по-домашнему	250	15,2	17,0	33,0	345,8	49,53	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	5,13	
Хлеб ржаной	45	2,8	0,6	26,2	121,6	2,16	
Хлеб пшеничный	45	2,0	0,6	16,2	77,8	2,16	
Итого:		44,8	46,4	191,2	1358,5	154,69	

Дополнительное питание 1-4

Яблоко 196 0,4 0,0 14,4 59,2 37,76

Дополнительное питание 5-8

Яблоко 196 0,4 0,0 14,4 59,2 37,76

Завхоз: *Телл*

Повар: *Иллор*