

Утверждаю:

*Григорьев*

21 Января 2022 г.

<b>Меню для детей (7-11 л) на 21 января 2022г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>10,4</b>	<b>17,1</b>	<b>68,0</b>	<b>467,5</b>	<b>39,35</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	11,80	
Бутерброд горячий с сыром	28/10/15	3,9	9,8	10,8	147	19,99	
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	6,22	
Хлеб ржаной	28	0,7	0,1	9,4	41,3	1,34	
<b>Обед</b>			<b>22,2</b>	<b>25,3</b>	<b>100,0</b>	<b>716,5</b>	<b>78,67</b>
Салат из капусты белокочанной с перцем	80	0,9	4,0	6,1	64,0	10,48	
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	18,22	
Котлета рыбная натуральная, запеченная	90	10,5	11,3	5,9	167,3	29,05	
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	5,35	
Сок в ассортименте	190	0,4	0,0	22,0	90	10,97	
Хлеб ржаной	48	1,4	0,2	18,8	82,6	2,30	
Хлеб пшеничный	48	1,5	0,4	12,2	58,4	2,30	
<b>Итого:</b>		<b>32,6</b>	<b>42,4</b>	<b>168,0</b>	<b>1184,0</b>	<b>118,02</b>	

Завхоз: *Тайл*

Повар: *Миро*

Утверждаю:

*Лилия*

"21 " января 2022 г.

<b>Меню для детей (11 и старше) на 21 января 2022 г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>11,3</b>	<b>17,9</b>	<b>74,0</b>	<b>501,0</b>	<b>44,34</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	12,26	
Бутерброд горячий с сыром	37/10/20	4,4	10,5	12,1	161	24,08	
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	6,22	
Хлеб ржаной	37	1,1	0,2	14,1	60,8	1,78	
<b>Обед</b>			<b>28,7</b>	<b>33,4</b>	<b>116,2</b>	<b>880,0</b>	<b>97,83</b>
Салат из капусты белокочанной с перцем	100	1,1	5,0	7,6	80	14,42	
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	24,50	
Котлета рыбная натуральная, запеченная	100	14,9	17,8	9,2	256,4	39,69	
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	4,43	
Сок в ассортименте	182	0,4	0,0	22,0	90	10,47	
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	
<b>Итого:</b>		<b>40,0</b>	<b>51,3</b>	<b>190,2</b>	<b>1381,0</b>	<b>142,17</b>	

Дополнительное питание 1-4

Яблоко	170	0,4	0,0	14,4	59,2	32,64
--------	-----	-----	-----	------	------	-------

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

Печенье	50	3,5	3,7	34,5	185,3	15,00
---------	----	-----	-----	------	-------	-------

Дополнительное питание 5-8

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

Печенье	50	3,5	3,7	34,5	185,3	15,00
---------	----	-----	-----	------	-------	-------

Завхоз:

*Талла*