

12 октября 2021 г.

Меню для детей (7-11 л) на 12 октября 2021г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			14,2	18,9	97,8	618,3	45,12
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	13,14	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	9,16	
Вафли в индивидуальной упаковке	50	2,8	3,0	27,5	148,2	14,00	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	7,38	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,1	9,4	41,3	1,44	
Обед			26,2	28,2	91,2	722,9	80,25
Нарезка из свежих огурцов	80	0,6	0,1	1,8	10,5	10,08	
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	14,79	
Курица запеченная «Домашняя»	90	14,6	12,6	0,6	174,2	37,21	
Рагу овощное	150	3,5	9,4	15,8	161,8	3,24	
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	10,97	
Хлеб ржаной	41,4	1,1	0,2	14,1	62,0	1,98	
Хлеб пшеничный	41,4	1,5	0,4	12,2	58,4	1,98	
Итого:		40,4	47,1	189,0	1341,2	125,37	

Завхоз: Тале

Повар: Мож

Утверждаю:

12 октября 2021 г.

Желез

Меню для детей (11 и старше) на 12 октября 2021 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		14,4	21,4	97,8	614,6	57,28
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	14,02
Бутерброд с маслом	50/15	2,5	9,9	14,5	157,1	13,98
Вафли в индивидуальной упаковке	50	2,8	3,0	27,5	148,2	14,00
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	12,88
Хлеб ржаной	50	0,7	0,1	9,4	41,3	2,40
Обед		30,8	33,2	114,7	881,2	107,39
Нарезка из свежих огурцов	100	0,7	0,1	1,9	11,3	12,60
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	27,52
Курица запеченная «Домашняя»	100	16,2	15,1	0,7	203,5	41,53
Рагу овощное	180	4,2	11,3	23,0	211	5,24
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	15,70
Хлеб ржаной	50	2,8	0,6	26,2	121,6	2,40
Хлеб пшеничный	50	2,0	0,6	16,2	77,8	2,40
Итого:		45,2	54,6	212,5	1495,8	164,67

Дополнительное питание 1-4

Апельсин	206	0,1	0,2	5,7	25,0	26,78
Яблоко	151	0,1	0,2	5,7	25,0	24,16
Йогурт в индивидуальной упаковке	50	2,8	3,0	27,5	148,2	19,00

Дополнительное питание 5-8

Яблоко	151	0,1	0,2	5,7	25,0	24,16
Апельсин	206 206	0,1 0,1	0,2 0,2	5,7 5,7	25,0	26,78

0.