

Утверждаю:

*Зис*

"18 " марта 2022 г.

<b>Меню для детей (11 и старше) на 18 марта 2022 г.</b>						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>		<b>23,7</b>	<b>28,7</b>	<b>97,9</b>	<b>742,9</b>	<b>42,77</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	14,92
Бутерброд с сыром	33/32	7,2	7,8	11,9	147	24,94
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	1,33
Хлеб ржаной	33	1,1	0,2	14,1	60,8	1,58
<b>Обед</b>		<b>30,1</b>	<b>28,3</b>	<b>130,9</b>	<b>904,9</b>	<b>125,87</b>
Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58	26,61
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	26,47
Печень ,тушеная с овощами	120	14,0	12,9	5,9	196	46,60
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	17,34
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	4,81
Хлеб ржаной	42	2,8	0,6	26,2	121,6	2,02
Хлеб пшеничный	42	2,0	0,6	16,2	77,8	2,02
<b>Итого:</b>		<b>53,8</b>	<b>57,0</b>	<b>228,8</b>	<b>1647,8</b>	<b>168,64</b>
<b>Дополнительное питание 1-4</b>						
Йогурт	100	3,5	7,5	9,5	120	<b>26,00</b>
вафли	50	3,2	3,6	22,7	136,0	<b>16,00</b>

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

Завхоз:

*Толл*

Утверждаю:

*Лиса*

**18 марта 2022 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>17,9</b>	<b>19,4</b>	<b>82,5</b>	<b>575,3</b>	<b>40,90</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	14,79	
Бутерброд с сыром	30/30	5,7	6,2	7,2	107	23,34	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	1,33	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,1	9,4	41,3	1,44	
<b>Обед</b>			<b>26,3</b>	<b>30,3</b>	<b>109,1</b>	<b>814,5</b>	<b>84,08</b>
Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом,со сметаной	250/10/5	5,8	6,5	12,0	129,7	26,04	
Печень,тушеная с овощами	100	11,7	10,8	4,9	164	37,69	
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	13,14	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	4,81	
Хлеб ржаной	25	1,4	0,2	18,8	82,6	1,20	
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,4	12,2	58,4	1,20	
<b>Итого:</b>		<b>44,2</b>	<b>49,7</b>	<b>191,6</b>	<b>1389,8</b>	<b>124,98</b>	

Дополнительное питание  
Нарезка из свежих огурцов с  
маслом растительным

80 0,6 4,0 2,0 46,4 6,58

Завхоз:

*Лиса*

Повар:

*Лиса*