

4 октября 2021 г.

<b>Меню для детей (7-11 л) на 4 октября 2021г.</b>							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>12,2</b>	<b>18,6</b>	<b>72,5</b>	<b>506,2</b>	<b>55,38</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	10,93	
Бутерброд горячий с сыром	55	3,9	9,8	10,8	147	18,84	
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке	100	1,8	1,5	4,5	38,7	19,00	
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,07	
Хлеб ржаной	32,2	0,7	0,1	9,4	41,3	1,54	
<b>Обед</b>			<b>23,8</b>	<b>25,7</b>	<b>106,7</b>	<b>753,5</b>	<b>65,05</b>
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	80	1,1	4,0	5,4	62,0	0,57	
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	15,42	
Котлета рыбная натуральная, запеченная	90	10,5	11,3	5,9	167,3	28,94	
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	3,44	
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	12,52	
Хлеб ржаной	43,4	2,8	0,6	26,2	121,6	2,08	
Хлеб пшеничный	43,4	1,5	0,4	12,2	58,4	2,08	
<b>Итого:</b>		<b>36,0</b>	<b>44,3</b>	<b>179,2</b>	<b>1259,7</b>	<b>120,43</b>	

Завхоз: Soft

Повар: Игорь

Утверждаю:

*Зелен*

"04" октября 2021 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл.г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>19,0</b>	<b>19,3</b>	<b>73,8</b>	<b>520,2</b>	<b>58,76</b>
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	10,93	
Бутерброд горячий с сыром	60	4,4	10,5	12,1	161	22,22	
Йогурт молочный в индивидуальной упаковке	100	1,8	1,5	4,5	38,7	19,00	
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	5,07	
Хлеб ржаной	32,2	0,7	0,1	9,4	41,3	1,54	
<b>Обед</b>			<b>29,0</b>	<b>33,4</b>	<b>115,4</b>	<b>978,0</b>	<b>74,19</b>
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,4	5,0	6,8	78	0,72	
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	17,31	
Котлета рыбная натуральная, запеченная	100	14,9	17,8	9,2	256,4	38,60	
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	2,73	
Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90	10,47	
Хлеб ржаной	45,4	2,8	0,6	26,2	121,6	2,18	
Хлеб пшеничный	45,4	2,0	0,6	16,2	77,8	2,18	
<b>Итого:</b>		<b>48,0</b>	<b>52,7</b>	<b>189,2</b>	<b>1498,2</b>	<b>132,95</b>	

Завхоз: *Зелен*

Повар: *Моло*