

Утверждаю:

Уш

9 ноября 2022 г.

Меню для детей (11 и старше) на 9 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			31,6	35,3	43,9	618,8	82,18
Омлет натуральный с маслом	200/10	19,9	23,1	1,5	294	42,89	
Бутерброд с сыром	40/30	7,2	7,8	11,9	147	26,51	
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	10,54	
Хлеб Украинский новый	40	1,1	0,2	14,1	60,8	2,24	
Обед			28,7	32,2	116,6	870,9	115,06
Салат овощной	100	2,3	5,0	9,1	90,5	5,77	
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	33,08	
Котлета из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	59,40	
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	116,7	2,46	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	10,99	
Хлеб Украинский новый	30	2,8	0,6	26,2	121,6	1,68	
Хлеб витаминизированный «Умница»	30	2,0	0,6	16,2	77,8	1,68	
Итого:		60,3	67,5	160,5	1489,7	197,24	

Дополнительное питание 1-4

Печенье

50 3,2 3,6 136,2 124,6 17,00

Завхоз: *Уш*

Повар: *Мор*

Утверждаю:

Гусев

9 ноября 2022 г.

Меню для детей (7-11 л) на 9 ноября 2022г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			28,3	28,4	34,5	506,3	72,30
Омлет натуральный с маслом	200/5	18,5	17,9	1,5	241	38,41	
Бутерброд с сыром	35/20	5,7	6,2	7,2	107	18,14	
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	13,79	
Хлеб Украинский новый	35	0,7	0,1	9,4	41,3	1,96	
Обед			23,7	27,4	98,2	734,4	108,21
Салат овощной	80	1,8	4,0	7,3	72,4	7,77	
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	33,08	
Котлета из говядины	90	8,1	11,8	14,3	195,8	52,24	
Капуста тушеная	150	3,1	3,9	12,4	97,1	1,89	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	10,99	
Хлеб Украинский новый	20	1,4	0,2	18,8	82,6	1,12	
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	1,5	0,4	12,2	58,4	1,12	
Итого:		52,0	55,8	132,7	1240,7	180,51	

Завхоз: *Гусев*

Повар: *Иван*