

Утверждаю:

*Гин*

16 января 2023 г.

**Меню для детей (11 и старше) на 16 января 2023 г.**

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>22,5</b>	<b>30,9</b>	<b>111,6</b>	<b>811,5</b>	<b>56,39</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	15,22	
Бутерброд с сыром и маслом	40/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	27,38	
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200	0,2	0,0	15,5	62,8	11,55	
Хлеб Украинский новый	40	1,1	0,2	14,1	60,8	2,24	
<b>Обед</b>			<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>143,47</b>
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	31,02	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	50,76	
Рис припущенный с кукурузой	180	4,1	5,9	31,1	193,9	33,33	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	24,66	
Хлеб Украинский новый	33	2,8	0,6	26,2	121,6	1,85	
Хлеб витаминизированный «Умница»	33	2,0	0,6	16,2	77,8	1,85	
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>199,86</b>	

Дополнительное питание 1-4

Вафли 50 3,2 3,6 136,2 124,6 20,00

Яблоко 210 0,4 0,0 14,4 59,2 41,16

Дополнительное питание 5-8

Яблоко 210 0,4 0,0 14,4 59,2 41,16

Завхоз: *Гин*

Повар: *Иван*

Утверждаю:

*Лин*

16 января 2023 г.

Меню для детей (7-11 л) на 16 января 2023г.							
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
<b>Завтрак</b>			<b>19,6</b>	<b>23,4</b>	<b>94,6</b>	<b>667,4</b>	<b>49,23</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	16,59	
Бутерброд с сыром и маслом	40/5/15	6,1	7,8	7,9	126,2	18,85	
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200	0,2	0,0	15,5	62,8	11,55	
Хлеб Украинский новый	40	0,7	0,1	9,4	41,3	2,24	
<b>Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>129,76</b>
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	31,02	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	50,76	
Рис припущенный с кукурузой	150	3,5	5,0	27,8	170	24,04	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0	20,80	
Хлеб Украинский новый	28	1,4	0,2	18,8	82,6	1,57	
Хлеб витаминизированный «Умница»	28	1,5	0,4	12,2	58,4	1,57	
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>	<b>178,99</b>	

Завхоз: *Лин*

Повар: *Лин*