

Утверждаю:

27 сентября 2023 г.

Меню для детей (11 и старше) на 27 сентября 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		22,5	30,9	111,6	811,5	123,67
Омлет натуральный с маслом	200/10	19,9	23,1	1,5	294	49,64
Бутерброд с сыром	30/30	7,2	7,8	11,9	147	26,48
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	11,62
Яблоко	170	0,1	0,2	5,7	25	32,30
Хлеб Украинский новый	35	1,1	0,2	14,1	60,8	2,01
Хлеб витаминизированный «Умница»	29	2,0	0,6	16,2	77,8	1,62
Обед		24,3	24,5	112,5	768,0	134,03
Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	63,9	15,40
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	34,23
Котлета из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	57,35
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	116,7	12,06
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	11,99
Хлеб Украинский новый	27	2,8	0,6	26,2	121,6	1,50
Хлеб витаминизированный «Умница»	27	2,0	0,6	16,2	77,8	1,50
Итого:		46,8	55,4	224,1	1579,5	257,70

Дополнительное питание 1-4

Печенье

50 3,2 3,6 22,7 136,0 17,00

Завхоз:

Телл

Повар:

Укс

