

Утверждаю:

16 октября 2023 г.

### Меню для детей (11 и старше) на 16 октября 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>92,33</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	13,96	
Бутерброд с сыром и маслом	30/10/20	7,5	11,8	11,9	183,8	27,44	
Чай и лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200	0,2	0,0	15,5	62,8	14,80	
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120	33,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	24	2,0	0,6	16,2	77,8	1,29	
Хлеб Украинский новый	31	1,1	0,2	14,1	60,8	1,84	
<b>Обед</b>			<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>146,20</b>
Салат «Летний»	100	5,4	10,2	5,9	137,0	17,51	
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	24,91	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	48,15	
Рис припущенный с кукурузой	180	4,1	5,9	31,1	193,9	30,64	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	21,20	
Хлеб Украинский новый	33	2,8	0,6	26,2	121,6	1,93	
Хлеб витаминизированный «Умница»	33	2,0	0,6	16,2	77,8	1,86	
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>238,53</b>	

Дополнительное питание 1-4

Йогурт

95 3,5 7,5 9,5 120 33,00

Завхоз:

*Jell*

Повар:

*Мен*

Утверждаю:

16 октября 2023 г.

### Меню для детей (7-11 л) на 16 октября 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>83,20</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200/5	6,5	6,7	26,0	190	13,96	
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/15	6,1	7,8	7,9	126,2	18,40	
Чай с лимоном и апельсином «Цитрусовый заряд»	200	0,2	0,0	15,5	62,8	14,70	
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120	33,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	24	1,5	0,4	12,2	58,4	1,34	
Хлеб Украинский новый	31	0,7	0,1	9,4	41,3	1,80	
<b>Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>127,89</b>
Салат «Летний»	80	5,0	7,3	4,8	104,9	12,58	
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3	24,94	
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	48,15	
Рис припущенный с кукурузой	150	3,5	5,0	27,8	170	24,71	
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89,0	14,92	
Хлеб Украинский новый	23	1,4	0,2	18,8	82,6	1,32	
Хлеб витаминизированный «Умница»	23	1,5	0,4	12,2	58,4	1,27	
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>	<b>211,09</b>	

Завхоз: Сол

Повар: Мор