

Утверждаю:

Зинин

4 декабря 2023 г.

Меню для детей (11 и старше) на 4 декабря 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	87,24
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	19,13
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157,1	15,12
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	17,13
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120	33,00
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	2,0	0,6	16,2	77,8	1,12
Хлеб Украинский новый	30	1,1	0,2	14,1	60,8	1,74
Обед		24,3	24,5	112,5	768,0	138,02
Нарезка из свежих огурцов	100	0,7	0,1	1,9	11,3	17,34
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	26,09
Курица запеченная «Домашняя»	100	16,2	15,1	0,7	203,5	61,64
Рагу овощное	180	4,2	11,3	23,0	211	15,48
Сок яблочный	200	0,4	0,0	22,0	90	13,20
Хлеб витаминизированный «Умница»	30	2,0	0,6	16,2	77,8	1,68
Хлеб Украинский новый	45	2,8	0,6	26,2	121,6	2,59
Итого:		46,8	55,4	224,1	1579,5	225,26

Дополнительное питание 1-4

Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	33,00
Мандарин	200	0,4	0,0	14,4	59,2	50,00
Яблоко	200	0,4	0,0	14,4	59,2	38,00

Дополнительное питание 5-8

Вафли	50	3,6	3,9	22,7	120,0	22,00
-------	----	-----	-----	------	-------	-------

Утверждаю:

Александр

4 декабря 2023 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб	
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал		
Завтрак			19,6	23,4	94,6	667,4	80,67
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200/5	6,5	6,1	30,2	202	17,65	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	10,64	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	1,9	2,3	16,2	93	17,10	
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120	33,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	1,5	0,4	12,2	58,4	1,12	
Хлеб Украинский новый	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,16	
Обед			20,2	20,8	96,2	656,8	124,81
Нарезка из свежих огурцов	80	0,6	0,1	1,8	10,5	13,94	
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной, с мясом	250/5/10	4,4	5,5	12,7	118	26,04	
Курица запеченная «Домашняя»	90	14,6	12,6	0,6	174,2	55,26	
Рагу овощное	150	3,5	9,4	15,8	161,8	12,54	
Сок яблочный	182	0,4	0,0	22,0	90	14,54	
Хлеб витаминизированный «Умница»	18	1,5	0,4	12,2	58,4	1,02	
Хлеб Украинский новый	25	1,4	0,2	18,8	82,6	1,47	
Итого:		39,8	44,2	190,8	1324,2	205,48	

Завхоз: *Саша*

Повар: *Маша*