

Утверждаю:

Гусев

5 декабря 2023 г.

Меню для детей (11 и старше) на 5 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	120,49
Омлет натуральный с маслом	200/10	19,9	23,1	1,5	294	57,32	
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	11,03	
Яблоко	120	0,1	0,2	5,7	25,0	22,80	
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	142,06
Салат овощной	100	2,3	5,0	9,1	90,5	10,11	
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	37,45	
Котлета из говядины	100	10,1	14,2	17,0	236,2	58,12	
Капуста тушеная	180	3,7	4,7	14,9	116,7	20,82	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	12,02	
Хлеб витаминизированный «Умница»	24	2,0	0,6	16,2	77,8	1,36	
Хлеб Украинский новый	38	2,8	0,6	26,2	121,6	2,18	
Итого:		46,8	55,4	224,1	1579,5	262,55	

Дополнительное питание 1-4

Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	33,00
Вафли 2 шт	50	3,6	3,9	22,7	120,0	44,00
Яблоко	200	0,4	0,0	14,4	59,2	38,00

Дополнительное питание 5-8

Яблоко	200	0,4	0,0	14,4	59,2	38,00
--------	-----	-----	-----	------	------	-------

Утверждаю:

Лиса

5 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	108,78
Омлет натуральный с маслом	200/5	18,5	17,9	1,5	241	55,60	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	17,92	
Какао с молоком	200	3,4	4,2	16,4	117,0	10,18	
Яблоко	120	0,1	0,2	5,7	25	22,80	
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	132,89
Салат овощной	80	1,8	4,0	7,3	72,4	10,99	
Суп картофельный с рыбой	250/60	7,6	7,1	18,1	166,7	37,61	
Котлета из говядины	90	8,1	11,8	14,3	195,8	52,70	
Капуста тушеная	150	3,1	3,9	12,4	97,1	17,13	
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	12,02	
Хлеб витаминизированный «Умница»	23	1,5	0,4	12,2	58,4	1,31	
Хлеб Украинский новый	20	1,4	0,2	18,8	82,6	1,13	
Итого:		39,8	44,2	190,8	1324,2	241,67	

Завхоз: *Лиса*

Повар: *Маш*