

Утверждаю:

Зинер

19 декабря 2023 г.

Меню для детей (11 и старше) на 19 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	89,57
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	17,53
Бутерброд горячий с сыром	60	4,4	10,5	12,1	161	27,44
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,74
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	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	121,22
Нарезка из свеклы отварной	100	1,4	5,0	6,8	78	5,85
Рассольник с мясом со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	28,47
Котлета рыбная натуральная, запеченная	100	14,9	17,8	9,2	256,4	44,18
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	25,25
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	210,79

Дополнительное питание 1-4

Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	66,00
Вафли	50	3,6	3,9	22,7	120,0	22,00
Апельсин	300	0,4	0,0	14,4	59,2	78,00

Дополнительное питание 5-8

Апельсин	300	0,4	0,0	14,4	59,2	78,00
----------	-----	-----	-----	------	------	-------

Утверждаю:

Лисей

19 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	82,21
Каша манная жидкая с маслом	200/5	5,1	7,1	28,0	196,3	14,73	
Бутерброд горячий с сыром	45	3,9	9,8	10,8	147	22,88	
Чай «Витаминный»	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,74	
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120,0	33,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	20	1,5	0,4	12,2	58,4	1,12	
Хлеб Украинский новый	30	0,7	0,1	9,4	41,3	1,74	
Обед			20,2	20,8	96,2	656,8	109,25
Нарезка из свеклы отварной	80	1,1	4,0	5,4	62,0	8,63	
Рассольник с мясом со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113,2	28,46	
Котлета рыбная натуральная, запеченная	90	10,5	11,3	5,9	167,3	32,99	
Картофель тушеный	180	3,4	4,2	22,5	141	20,85	
Сок яблочный	182	0,4	0,0	22,0	90	14,54	
Хлеб витаминизированный «Умница»	28	1,5	0,4	12,2	58,4	1,57	
Хлеб Украинский новый	38	1,4	0,2	18,8	82,6	2,21	
Итого:		39,8	44,2	190,8	1324,2	191,46	

Завхоз: _____

Повар: _____