

Утверждаю:

Шип

15 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	78,44
Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	22,63	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	17,92	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	2,05	
Йогурт	95	3,5	7,5	9,5	120	33,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	30	1,5	0,4	12,2	58,4	1,68	
Хлеб Украинский новый	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,16	
Обед			20,2	20,8	96,2	656,8	113,90
Нарезка из свежих помидоров	80	0,5	0,2	3,4	17	16,40	
Суп с крупой с мясом	250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	20,08	
Жаркое по-домашнему	200	14,5	15,1	26,0	297,9	66,98	
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	6,31	
Хлеб витаминизированный «Умница»	45	1,5	0,4	12,2	58,4	2,53	
Хлеб Украинский новый	28	1,4	0,2	18,8	82,6	1,60	
Итого:		39,8	44,2	190,8	1324,2	192,34	

Завхоз: *Дол*

Повар: *Шип*

Меню для детей (11 и старше) на 15 декабря 2023 г.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Химический состав	
						Цена, руб	

Завтрак							
----------------	--	--	--	--	--	--	--

Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	18,91	
------------------------------	-------	-----	-----	------	-----	-------	--

Бутерброд с сыром	30/30	7,2	7,8	11,9	147	26,48	
-------------------	-------	-----	-----	------	-----	-------	--

Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	2,05	
---------------	-----	-----	-----	------	------	------	--

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	20	1,1	0,2	14,1	60,8	1,16	
-----------------------	----	-----	-----	------	------	------	--

Обед							
-------------	--	--	--	--	--	--	--

Нарезка из свежих помидоров	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40	
-----------------------------	-----	-----	-----	-----	----	-------	--

Суп с крупой с мясом	250/10	6,5	6,4	20,1	164,0	20,03	
----------------------	--------	-----	-----	------	-------	-------	--

Жаркое по-домашнему	250	15,2	17,0	33,0	345,8	69,75	
---------------------	-----	------	------	------	-------	-------	--

Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	23,7	98,0	6,31	
-----------------------	-----	-----	-----	------	------	------	--

Хлеб витаминизированный «Умница»	28	2,0	0,6	16,2	77,8	1,57	
----------------------------------	----	-----	-----	------	------	------	--

Хлеб Украинский новый	49	2,8	0,6	26,2	121,6	2,82	
-----------------------	----	-----	-----	------	-------	------	--

Итого:							
---------------	--	--	--	--	--	--	--

		46,8	55,4	224,1	1579,5	203,60	
--	--	------	------	-------	--------	---------------	--

Дополнительное питание 1-4

Йогурт

Апельсин

Яблоко

Дополнительное питание 5-8

Йогурт

Печенье

Яблоко

Завхоз: *Вас*

Повар: *Маша*

95	3,5	7,5	9,5	120,0	33,00
340	0,4	0,0	14,4	59,2	88,40
200	0,4	0,0	14,4	59,2	38,00
95	3,5	7,5	9,5	120,0	33,00
50	3,6	3,9	22,7	136,0	17,00
200	0,4	0,0	14,4	59,2	38,00

Утверждаю:

Маша

15 декабря 2023 г.