

Утверждаю:

*Зинт*

15 января 2025 г.

**Меню для детей (7-11 л) на 15 января 2025 г.**

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>74,81</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	7,5	7,7	26,0	203	22,30	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	12,73	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	14,98	
Печенье	50	3,6	3,9	22,7	136,0	23,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	10	1,5	0,4	12,2	58,4	0,60	
Хлеб Украинский новый	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,20	
<b>Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>20,8</b>	<b>96,2</b>	<b>656,8</b>	<b>165,37</b>
Салат из свеклы с сыром	100	3,7	5,3	8,1	94,9	28,60	
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	37,77	
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	82,77	
Сок яблочный	176	0,8	0,0	23,7	98,0	12,71	
Хлеб витаминизированный «Умница»	29	1,5	0,4	12,2	58,4	1,76	
Хлеб Украинский новый	29	1,4	0,2	18,8	82,6	1,76	
<b>Итого:</b>		<b>39,8</b>	<b>44,2</b>	<b>190,8</b>	<b>1324,2</b>	<b>240,18</b>	

Завхоз: *Зинт*

Повар: *Зинт*

Утверждаю:

*Григорьев*

15 января 2025г.

### Меню для детей (11 и старше) на 15 января 2025 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>78,32</b>
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	9,4	9,6	32,5	254	25,81	
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	12,73	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	14,98	
Печенье	50	3,6	3,9	22,7	136,0	23,00	
Хлеб витаминизированный «Умница»	10	2,0	0,6	16,2	77,8	0,60	
Хлеб Украинский новый	20	2,8	0,6	26,2	121,6	1,20	
<b>Обед</b>			<b>24,3</b>	<b>24,5</b>	<b>112,5</b>	<b>768,0</b>	<b>177,48</b>
Салат из свеклы с сыром	100	4,2	6,5	7,7	106,1	33,13	
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	37,54	
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	88,03	
Сок яблочный	182	0,8	0,0	23,7	98,0	15,45	
Хлеб витаминизированный «Умница»	22	2,0	0,6	16,2	77,8	1,31	
Хлеб Украинский новый	34	2,8	0,6	26,2	121,6	2,02	
<b>Итого:</b>		<b>46,8</b>	<b>55,4</b>	<b>224,1</b>	<b>1579,5</b>	<b>255,80</b>	

Дополнительное питание 1-4  
Вафли

50 3,6 3,9 22,7 136,0 23,00

Завхоз: *Григорьев*

Повар: *Григорьев*