УТВЕРЖДАЮ:

Директор _____/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

21.02.22

/6 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	18-33
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	1-79
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	
Итого:			**4,71**	**1,42**	**45,56**	**214,36**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	60	1,72	1,41	16,71	86,41	3-73
Борщ с капустой и картоф.	82	200	1,83	4,9	11,75	98,4	4-51
Котлеты рубленные из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	31-93
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	8-22
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	5-80
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
Итого:			**25,41**	**20,42**	**134,63**	**820,96**	
Всего:			**27,13**	**21,83**	**151,34**	**907,37**	
Завтрак (12-18 лет)							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	18-33
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	1-79
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	
Итого:			**32,51**	**20,62**	**85,76**	**659,16**	
Обед (12-18 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	100	1,72	1,41	16,71	86,41	-
Борщ с капустой и картоф.	82	300	2,19	5,88	14,1	118,08	7-61
Котлеты рубленные из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	замена
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	2-60
чай							0-92
сок							12-50
Итого:			**26,19**	**17,96**	**130,39**	**787,96**	
Всего:			**27,91**	**19,37**	**147,1**	**874,37**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**