

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Р.М.Емдиханова

Ежедневное меню основного питания

25.02.22.

/10 день/



Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергичен.Ккал	Цена
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	19-04
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	—
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	замена
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
чай							0-91
<b>Итого:</b>			<b>30,76</b>	<b>18,98</b>	<b>113,79</b>	<b>749,06</b>	
<b>Обед (7-11 лет)</b>							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	3-52
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,9	5,33	19,23	144,43	3-61
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	35-41
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	6-39
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	0-91
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
преники							4-48
<b>Итого:</b>			<b>26,24</b>	<b>25,24</b>	<b>101,66</b>	<b>770</b>	
<b>Всего:</b>			<b>27,57</b>	<b>31,32</b>	<b>110,18</b>	<b>864,12</b>	
<b>Завтрак (12-18 лет)</b>							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	19-04
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	—
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	замена
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
чай							0-91
<b>Итого:</b>			<b>32,9</b>	<b>20,78</b>	<b>95,4</b>	<b>700,06</b>	
<b>Обед (12-18 лет)</b>							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	3-52
Суп картофельный с бобовыми	102	300	5,88	6,39	23,07	173,31	
Котлеты рубленые из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	29-61
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	10-05
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	0-91
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-60
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	
<b>Итого:</b>			<b>25,1</b>	<b>17,68</b>	<b>98,13</b>	<b>651,58</b>	
<b>Всего:</b>			<b>26,43</b>	<b>23,76</b>	<b>106,65</b>	<b>745,7</b>	
							Повар А.Г.Мишулова