УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

4.03.22

/5 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	4-87
Какао с молоком	382	200	3,78	0,67	26	125,11	0-15
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-93
Итого:			**12,96**	**5,12**	**78,69**	**412,73**	
Обед (7-11 лет)							
Винегрет овощной с раст. маслом	67	60	0,62	6,2	8,9	97,88	2-37
Рассольник "Ленинградский" с крупой пшеничной	96	200	2,2	5,2	15,58	117,9	4-29
Гуляш из отварной говядины	246	90	9,47	9,2	3	132,67	31-14
Каша гречн.рассып.	302	150	11,87	5,47	53,12	309,15	6-66
Булочка ванильная	422	100	7,9	8,12	44,48	283	
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-32
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-90
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
печенье							5-78
Итого:			**37,27**	**35,11**	**179,33**	**1186,38**	
Всего:			**50,23**	**40,23**	**258,02**	**1599,11**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	4-87
Какао с молоком	382	200	3,78	0,67	26	125,11	
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-93
чай							0-15
Итого:			**12,96**	**5,12**	**78,69**	**412,73**	
Обед (12-18 лет)							
Винегрет овощной с раст. маслом	67	100	1,62	6,2	8,9	97,88	4-20
Рассольник "Ленинградский" с крупой пшеничной	96	250	2,2	5,2	15,58	117,9	-
Гуляш из отварной говядины	246	100	11,83	11,5	3,75	165,83	36-89
Каша гречн.рассып.	302	200	11,87	5,47	53,12	309,15	8-13
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	0-15
Булочка ванильная	422	100	7,9	8,12	44,48	283	
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-90
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
Итого:			**41,42**	**37,37**	**195,26**	**1287,34**	
Всего:			**54,38**	**42,49**	**273,95**	**1700,07**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**