



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

4.03.22.

/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	
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	27-01
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	2-35
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	
Итого:			29,73	18,7	81,73	614,68	
Обед (7-11 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	60	1,72	1,41	16,71	86,41	4-29
Борщ с капустой и картоф.	82	200	1,83	4,9	11,75	98,4	5-88
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	замени
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	6-04
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	0-98
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
Яблоки свежие	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
<i>птица 076</i>							28-84
Итого:			25,81	20,82	144,43	865,36	
Всего:			55,54	39,52	226,16	1480,04	
Завтрак (12-18 лет)							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	27-01
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	2-35
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	250	2,19	5,88	14,1	118,08	
Котлеты рубленые из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	замени
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	6-45
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	1-43
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	
Яблоки свежие	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
<i>птица отварч</i>							33-78
Итого:			30,5	25,65	171	1036,85	
Всего:			63,01	46,27	256,76	1696,01	
						Повар	<i>А.Г.Мицуллова</i>

замени макаруны

макар. от в. чай