УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____ /Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

5.04.22

/7 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша пшенная молочная	182	200	7,3	4,3	38,27	220,98	7-89
Кисель из черной смородины	350	200	0,16	0,08	27,5	111,36	
Сыр порциями (российский)	15	20	4,64	5,9		71,66	10-34
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
чай							0-92
Итого:			**15,26**	**10,68**	**85,09**	**497,52**	
Обед (7-11 лет)							
Салат витаминный	49	60	2,6	6,22	22,1	155	12-72
Суп картоф. с макар. изделиями	103	200	2,73	2,8	20,45	117,9	4-59
Печень, тушенная в соусе	261	90	13,5	9,2	8,6	171,2	23-60
Рис отварной	304	150	3,67	5,42	36,67	210,11	6-10
Чай с лимоном	377	200/15	0,53	0	9,87	41,6	1-90
Печенье		20	1,7	2,26	13,94	82,9	2-39
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
Апельсины свежие	338	100	1,28	0,28	11,57	54	
Цусер							41-33
Итого:			**30,75**	**26,78**	**152,18**	**972,99**	
Всего:			**46,01**	**37,46**	**237,27**	**1470,51**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша пшенная молочная	182	200	5,6	6,8	33,6	218	7-89
Кисель из черной смородины	350	200	0,16	0,08	27,5	111,36	0-92
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
сыр порциями							10-84
Итого:			**8,92**	**7,28**	**80,42**	**422,88**	
Обед (12-18 лет)							
Салат витаминный	49	100	2,6	6,22	22,1	155	7-98
Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне	103	250	3,27	3,36	24,54	141,48	
Печень туш.в сметан. соусе	261	100	13,5	9,2	8,6	171,2	30-10
Рис отварной	304	200	4,89	7,23	48,89	280,15	8-12
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	1-84
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	
Апельсины свежие	338	100	1,28	0,28	11,57	54	
Итого:			**31,4**	**27,27**	**175,03**	**1071,91**	
Всего:			**40,32**	**34,55**	**255,45**	**1494,79**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**