

Директор



УТВЕРЖДАЮ:

/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

15.04.22.

/5 день/

Наименование блюда	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	5-23
Какао с молоком	382	200	3,78	0,67	26	125,11	7-14
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
<b>Итого:</b>			<b>12,96</b>	<b>5,12</b>	<b>78,69</b>	<b>412,73</b>	
<b>Обед (7-11 лет)</b>							
Винегрет овощной с раст. маслом	67	60	0,62	6,2	8,9	97,88	3-02
Рассольник "Ленинградский" с крупой пшеничной	96	200	2,2	5,2	15,58	117,9	5-83
Гуляш из отварной говядины	246	90	9,47	9,2	3	132,67	30-55
Каша гречн. рассып.	302	150	11,87	5,47	53,12	309,15	7-99
Булочка ванильная	422	100	7,9	8,12	44,48	283	
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	0-98
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	16-00
<i>яблоку</i>							
<b>Итого:</b>			<b>37,27</b>	<b>35,11</b>	<b>179,33</b>	<b>1186,38</b>	
<b>Всего:</b>			<b>50,23</b>	<b>40,23</b>	<b>258,02</b>	<b>1599,11</b>	
<b>Завтрак (12-18 лет)</b>							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	
Какао с молоком	382	200	3,78	0,67	26	125,11	
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	
<b>Итого:</b>			<b>12,96</b>	<b>5,12</b>	<b>78,69</b>	<b>412,73</b>	
<b>Обед (12-18 лет)</b>							
Винегрет овощной с раст. маслом	67	100	1,62	6,2	8,9	97,88	
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	
Каша гречн. рассып.	302	200	11,87	5,47	53,12	309,15	
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	
Булочка ванильная	422	100	7,9	8,12	44,48	283	
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
<b>Итого:</b>			<b>41,42</b>	<b>37,37</b>	<b>195,26</b>	<b>1287,34</b>	
<b>Всего:</b>			<b>54,38</b>	<b>42,49</b>	<b>273,95</b>	<b>1700,07</b>	
						Повар	<i>А.Г.Мишулова</i>