



УТВЕРЖДАЮ:

Директор

/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

26.04.22.

/2 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	173	200/10/10	6	6,8	29,2	202	7-70
Компот из смеси	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	2-44
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
Итого:			10,32	7,5	95,78	491,9	
Обед (7-11 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	60	1,72	1,41	16,71	86,41	5-79
Суп крестьянский с крупой	98	200	2,7	2,78	14,58	90,68	6-25
Котлета мясная натуральная рубленая	267	90	12,33	21,67	11	288,33	26-14
Рис отварной	304	150	3,67	5,42	36,67	210,11	6-17
Чай с сахаром	376	200	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	11,4	47	
Итого:			25,63	31,9	134,34	922,81	
Всего:		-	35,95	0,4	230,12	140,52	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	183	200	7,5	8,5	36,5	252,5	7-70
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	2-44
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
Итого:			11,82	9,2	103,08	542,4	
Обед (12-18 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	100	1,72	1,41	16,71	86,41	0-00
Суп крестьянский с крупой	98	250	3,24	3,33	17,49	108,81	6-92
Котлета мясная натуральная рубленая	267	100	12,33	21,67	11	288,33	-
Рис отварной	304	200	4,89	7,23	48,89	280,15	-
Кисель из яблок	352	200	0,24	0,12	35,76	145,08	
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	
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
чай							1-43
Итого:			28,55	35,02	184,28	1162,36	
Всего:		-	40,37	44,22	287,36	1704,76	
			Повар			А.Г.Минуллова	