



УТВЕРЖДАЮ:
/Р.М.Емдиханова/

Директор

Ежедневное меню основного питания

16.05.22.

17 день/

Замоще с б.джем

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен. Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша пшеничная молочная	182	200	7,3	4,3	38,27	220,98	8-79
Кисель из черной смородины <i>чай</i>	350	200	0,16	0,08	27,5	111,36	1-43
Сыр порциями (российский)	15	20	4,64	5,9		71,66	10-84
Хлеб пшеничный <i>чай</i>		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73
Итого:			15,26	10,68	85,09	497,52	
Обед (7-11 лет)							
Салат витаминный	49	60	2,6	6,22	22,1	155	4-34
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	34-52
Рис отварной	304	150	3,67	5,42	36,67	210,11	6-16
Чай с лимоном	377	200/15	0,53	0	9,87	41,6	1-99
Печенье		20	1,7	2,26	13,94	82,9	-
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-60
Апельсины свежие	338	100	1,28	0,28	11,57	54	
Итого:			30,75	26,78	152,18	972,99	
Всего:			46,01	37,46	237,27	1470,51	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша пшеничная молочная	182	200	5,6	6,8	33,6	218	8-79
Кисель из черной смородины <i>чай</i>	350	200	0,16	0,08	27,5	111,36	1-43
Хлеб пшеничный <i>сыр порциями</i>		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-73 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	10-47
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	26-10
Рис отварной	304	200	4,89	7,23	48,89	280,15	8-34
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	2-44
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 <i>А.Г. Минуллова</i>