

УТВЕРЖДАЮ:

Директор \_\_\_\_\_ /Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

7.09.22.

/3 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	6,1	4	36,96	208,24	4-80
Напиток кофейный на молоке	379	200	3,6	2,67	29,2	155,2	6-00
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-87
<b>Итого:</b>			<b>12,86</b>	<b>7,07</b>	<b>85,48</b>	<b>456,96</b>	
<b>Обед (7-11 лет)</b>							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	1-40
Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне	103	200	2,73	2,8	20,45	117,9	5-50
Жаркое по-домашнему	259	230	21,92	24,08	18,26	377,47	35-01
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	2-80
<i>мелкие</i>							17-94
<b>Итого:</b>			<b>30,79</b>	<b>33,58</b>	<b>91,21</b>	<b>789,77</b>	
<b>Всего:</b>			<b>44,93</b>	<b>39,66</b>	<b>99,73</b>	<b>883,89</b>	
<b>Завтрак (12-18 лет)</b>							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	250	7,63	5	46,2	260,3	4-80
Масло сливочное	14	10	0,1	7,2	0,13	65,72	-
Напиток кофейный на молоке	379	200	3,6	2,67	29,2	155,2	6-00
Изделие кондитерское		20	1,7	2,26	13,94	82,9	-
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-87
<b>Итого:</b>			<b>16,19</b>	<b>17,53</b>	<b>108,79</b>	<b>657,64</b>	
<b>Обед (12-18 лет)</b>							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	
Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне	103	300	3,27	3,36	24,54	141,48	
Жаркое по-домашнему	259	350	33,35	36,65	27,79	574,41	27-97
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-13
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-80
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	
<b>Итого:</b>			<b>39,15</b>	<b>37,63</b>	<b>86,92</b>	<b>842,49</b>	
<b>Всего:</b>			<b>40,48</b>	<b>43,71</b>	<b>95,44</b>	<b>936,61</b>	
							Повар <i>А.Г.Минулова</i>