

УТВЕРЖДАЮ:
Директор /Ф. М. Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

30.09.2022

/10 день/



Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	<i>6-75</i>
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<i>4-30</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>1-87</i>
Итого:			30,76	18,98	113,79	749,06	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	<i>1-62</i>
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,9	5,33	19,23	144,43	<i>9-13</i>
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	<i>25</i>
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	<i>5-89</i>
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	<i>0-99</i>
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	<i>2-80</i>
<i>Маюшикы</i>							<i>15-00</i>
Итого:			26,24	25,24	101,66	770	
Всего:			27,57	31,32	110,18	864,12	
Завтрак (12-18 лет)							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	<i>6-75</i>
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	<i>4-30</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>1-87</i>
Итого:			32,9	20,78	95,4	700,06	
Обед (12-18 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	
Суп картофельный с бобовыми	102	300	5,88	6,39	23,07	173,31	<i>3-75</i>
Котлеты рубленые из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	<i>0-98</i>
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	<i>2-80</i>
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	<i>8-90</i>
<i>Маюшикы</i>							
Итого:			25,1	17,68	98,13	651,58	
Всего:			26,43	23,76	106,65	745,7	
						Повар	<i>А.Г. Мицуллова</i>

замени

замени