



УТВЕРЖДАЮ:

Директор /Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

19.10.22.

13 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен. Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	6,1	4	36,96	208,24	6-25
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	1-58
<i>печенье</i>							11-32
Итого:			12,86	7,07	85,48	456,96	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	1-26
Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне	103	200	2,73	2,8	20,45	117,9	2-68
Жаркое по-домашнему	259	230	21,92	24,08	18,26	377,47	40-42
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	0-99
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
<i>булочки</i>							15-00
Итого:			30,79	33,58	91,21	789,77	
Всего:			44,93	39,66	99,73	883,89	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	250	7,63	5	46,2	260,3	6-25
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	11-32
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			16,19	17,53	108,79	657,64	
Обед (12-18 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	2-16
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	36-00
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-14
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-37
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	
Итого:			39,15	37,63	86,92	842,49	
Всего:			40,48	43,71	95,44	936,61	
							Повар <i>А.Г. Минуллова</i>