УТВЕРЖДАЮ:

Директор _____/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

14.11.22

/6 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	27-86
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	-
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	2-19
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			**4,71**	**1,42**	**45,56**	**214,36**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	60	1,72	1,41	16,71	86,41	3-23
Борщ с капустой и картоф.	82	200	1,83	4,9	11,75	98,4	13-86
Котлеты рубленные из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	19-30
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	5-57
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
сок							12-50
Итого:			**25,41**	**20,42**	**134,63**	**820,96**	
Всего:			**27,13**	**21,83**	**151,34**	**907,37**	
Завтрак (12-18 лет)							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	27-86
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	-
Чай с лимоном	377	200/15	0,13	0,02	15,2	62	2-19
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			**32,51**	**20,62**	**85,76**	**659,16**	
Обед (12-18 лет)							
Салат из моркови с изюмом	66	100	1,72	1,41	16,71	86,41	5-29
Борщ с капустой и картоф.	82	300	2,19	5,88	14,1	118,08	-
Котлеты рубленные из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	19-30
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	7-88
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
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:			**26,19**	**17,96**	**130,39**	**787,96**	
Всего:			**27,91**	**19,37**	**147,1**	**874,37**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**