УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

14.12.22

/8 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	7-58
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			**10,42**	**4,7**	**103,54**	**498,14**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	1-31
Суп крестьянский с крупой	98	200	2,7	2,78	14,58	90,68	7-91
Птица (курица) отварная	288	90	21,67	13,33		206,67	29-94
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	8-62
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-10
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
сок							17-50
Итого:			**34,46**	**25,52**	**114,57**	**822,3**	
Всего:			**35,79**	**31,6**	**123,09**	**916,42**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	250	7,63	5	46,2	260,3	7-58
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Итого:			**11,95**	**5,7**	**112,78**	**550,2**	
Обед (12-18 лет)							
Суп крестьянский с крупой	98	300	3,24	3,33	17,49	108,81	15-42
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	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	
сок							17-50
Итого:			**10,35**	**4,24**	**94,47**	**457,28**	
Всего:							
						Повар	**А.Г.Минуллова**