



УТВЕРЖДАЮ:
/Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

17.08.2023г.

/10 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеб.	Энерг.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	25-59
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	4-47
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-20
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
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	1-63
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,9	5,33	19,23	144,43	3-45
Котлеты рубленые из птицы <i>(гов.ср.)</i>	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	41-00
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	4-84
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-14
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
<i>кренделя</i>							8-40
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	25-59
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	4-47
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	4-20
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
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	2-12
Суп картофельный с бобовыми	102	300	5,88	6,39	23,07	173,31	—
Котлеты рубленые из птицы <i>(гов.ср.)</i>	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	45-10
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	<i>замороженное</i>
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-12
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	4-09
<i>каши рж.ср.</i>							
Итого:			25,1	17,68	98,13	651,58	
Всего:			26,43	23,76	106,65	745,7	
						Повар	<i>[подпись]</i> А.Г.Минулова