



УТВЕРЖДАЮ:

Р.М.Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

27.03.23

/6 день/

Наименование блюд	№ реп-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеб. вещества	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	<i>замена</i>
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	<i>1-95</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>1-52</i>
<i>каше манная</i>							<i>4-42</i>
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	<i>3-57</i>
Борщ с капустой и картоф.	82	200	1,83	4,9	11,75	98,4	<i>7-49</i>
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	<i>23-00</i>
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	<i>5-67</i>
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<i>4-20</i>
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	<i>2-37</i>
<i>сок</i>							<i>19-80</i>
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	<i>замена</i>
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	<i>1-95</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>7-52</i>
<i>каше манная</i>							<i>4-42</i>
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	-
Борщ с капустой и картоф.	82	300	2,19	5,88	14,1	118,08	<i>9-43</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	-
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<i>4-20</i>
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	<i>2-37</i>
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	<i>7-50</i>
<i>персик</i>							<i>19-80</i>
<i>сок</i>							
Итого:			26,19	17,96	130,39	787,96	
Всего:			27,91	19,37	147,1	874,37	
						Повар	<i>А.Г.Минуллова</i>