УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____ /В.В.Денисов/

Ежедневное меню основного питания

05.04.23

/3 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша вязкая на молоке из хлопьев овсяных	173	200	6,1	4	36,96	208,24	7-82
напиток кофейный на молоке	379	200	3,6	2,67	29,2	155,2	6-24
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-40
Итого:			**12,86**	7,07	**85,48**	456,96	15-46
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	**94,12**	1-60
Суп картоф. с макар. изделиями	103	200	2,73	2,8	20,45	**117,9**	10-33
Жаркое по-домашнему	259	230	**21,92**	24,08	18,26	377,47	5д-84
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	1-23
Хлеб пшеничный		**60**	4,74	**0,6**	28,98	140,28	1-80
Апельсины	338	100	1,28	**0,28**	11,57	54	
Итого:			**32,07**	**33,86**	**102,78**	**843,77**	68-80
Всего:			**44,93**	40,93	**188,26**	**1300,73**	84-26
Завтрак (12-18 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	**7,63**	5	**46,2**	260,3	7-82
Напиток кофейный на молоке	379	200	3,6	2,67	**29,2**	155,2	6-24
Хлеб пшеничный		40	**3,16**	0,4	19,32	93,52	1-40
Итого:			**14,39**	8,07	**94,72**	**509,02**	15-46
Обед (12-18 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	**94,12**	2-49
Суп картоф. с макар изд на мясном бульоне	103	250	3,27	3,36	24,54	141,48	
Жаркое по-домашнему	259	350	**33,35**	36,65	27,79	574,41	66-82
Чай с сахаром	376	200/15	**0,07**	0,02	15	60	
Хлеб ржано-пшеничный		**60**	3,36	0,66	29,64	137,94	3-67
Хлеб пшеничный		30	2,37	**0,3**	14,49	**70,14**	1-40
Апельсины свежие	338	100	1,28	**0,28**	11,57	54	1-40
Итого:			**45,03**	**47,35**	**131,55**	1132,09	75-78
Всего:			59,42	**55,42**	**226,27**	**1641,11**	91-24
						Повар _____	А.В.Егорова