УТВЕРЖДАЮ:
/ Емдиханова/

Ежедневное меню основного питания

12.04.23

/8 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	6,1	4	36,96	208,24	5-74
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
пряники							9-80
Итого:			**10,42**	**4,7**	**103,54**	**498,14**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из свежих помид. с репч. лук.	23	60	1,11	6,18	4,62	78,56	замена
Суп крестьянский с крупой	98	200	2,7	2,78	14,58	90,68	7-35
Птица (курица) отварная	288	90	21,67	13,33		206,67	23-50
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	6-44
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-20
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
Яблоки свежие сок	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	19-80
салат с кап.							1-77
Итого:			**34,86**	**25,92**	**124,37**	**866,7**	
Всего:			**45,28**	**30,62**	**227,91**	**1364,84**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	7,63	5	46,2	260,3	5-74
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
пряники							9-80
Итого:			**11,95**	**5,7**	**112,78**	**550,2**	
Обед (12-18 лет)							
Салат из свежих помид. с репч. лук.	23	100	1,11	6,18	4,62	78,56	замена
Суп крестьянский с крупой	98	250	3,24	3,33	17,49	108,81	—
Птица (курица) отварная	288	100	26	16		248	28-20
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	10-34
Компот из св. ягод	345	200	0,52	0,18	24,84	102,9	4-20
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	—
Яблоки свежие	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	—
салат из св. кап.							1-97
Итого:			**41,1**	**30,15**	**126,38**	**942,03**	
Всего:			**53,05**	**35,85**	**239,16**	**1492,23**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**