



УТВЕРЖДАЮ:
/П.М.Емдиканова/

Ежедневное меню основного питания

28.04.23

/10 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеб.	Кал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Пудинг из творога	222	180	25,02	17,28	36,17	400,32	<i>замена</i>
Молоко стуженое с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	<i>—</i>
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<i>4-20</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>1-58</i>
<i>каше ман.</i>							
Итого:			30,76	18,98	113,79	749,06	<i>5-12</i>
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	<i>1-60</i>
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,9	5,33	19,23	144,43	<i>7-29</i>
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	<i>26-40</i>
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	<i>4-84</i>
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	<i>1-14</i>
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	<i>2-37</i>
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
Итого:			26,64	25,54	111,96	815,5	
Всего:			57,4	44,52	225,75	1564,56	
Завтрак (12-18 лет)							
Пудинг из творога	222	200	27,8	19,2	40,2	444,8	<i>замена</i>
Молоко стуженое с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	<i>—</i>
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	<i>4-20</i>
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	<i>1-20</i>
Итого:			33,54	20,9	117,82	793,54	
Обед (12-18 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	100	1,33	6,08	8,52	94,12	<i>—</i>
Суп картофельный с бобовыми	102	250	5,88	6,39	23,07	173,31	<i>—</i>
Котлеты рубленые из птицы	295	100	15,2	13,6	13,5	237,2	<i>25-88</i>
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	<i>10-34</i>
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	<i>1-14</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	
Груши св	338	100	0,4	0,3	10,3	45,5	
Итого:			32,41	30,45	140,02	964,51	
Всего:			65,95	51,35	257,84	1758,05	
						Повар	<i>А.</i> А.Г.Мишулова

замена

замена