



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор *В.М.Евлизанова*

Ежедневное меню основного питания

20.01.23

/10 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен. Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	6-58
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-14
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Изделие кондитерское		20	1,7	2,26	13,94	82,9	8-00
Итого:			10,95	6,73	81,63	430,52	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокоч. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	1-43
Суп картофельный с бобовыми	102	200	4,9	5,33	19,23	144,43	10-06
Котлеты рубленые из птицы	295	90	12,16	10,88	10,8	189,76	27-04
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	5-89
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
Сок							17-50
Итого:			26,28	25,24	101,66	738,32	
Всего:			37,23	31,97	183,29	1168,84	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша манная молочная жидкая	181	200	6,02	4,05	33,37	194,1	6-58
Молоко сгущеное с сахаром 5,0% жирности		20	1,42	1	11,04	58,84	—
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-14
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Изделие кондитерское		20	1,7	2,26	13,94	82,9	8-00
Итого:			12,37	7,73	92,67	489,36	
Обед (12-18 лет)							
Суп картофельный с бобовыми	102	300	5,88	6,39	23,07	173,31	17-14
Чай с сахаром	376	200/15	0,07	0,02	15	60	1-14
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-37
Сок							17-50
Итого:			9,31	7,07	67,71	371,25	
Всего:			21,68	14,8	160,38	860,61	
							Повар <i>А.Г.Минуллова</i>