

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Р.М. Бусыганова/



Ежедневное меню основного питания

01.02.23

/8 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	6,1	4	36,96	208,24	5-02
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Йогурт							19-00
Итого:			10,42	4,7	103,54	498,14	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты с морковью	45	60	1,33	6,08	8,52	94,12	1-37
Суп крестьянский с крупой	98	200	2,7	2,78	14,58	90,68	6-57
Птица (курица) отварная	288	90	21,67	13,33		206,67	23-00
Каша гречн. рассып.	302	150	11,87	5,47	53,12	309,15	9-26
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-37
Булочка							25-00
Итого:			43,47	28,56	152,46	1037,28	
Всего:			53,89	33,26	256	1535,42	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	250	7,63	5	46,2	260,3	5-02
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	4-30
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-58
Йогурт							19-00
Итого:			11,95	5,7	112,78	550,2	
Обед (12-18 лет)							
Суп крестьянский с крупой	98	300	3,24	3,33	17,49	108,81	12-85
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	4-30
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	2-37
Булочка							25-00
Итого:			7,12	5,17	71,97	349,65	
Всего:			19,07	10,87	184,75	899,85	
							Повар <i>АГ</i> А.Г.Минуллова