

Утверждаю:



" "

2020

Меню для детей с 7 до 10 лет на 03 сентября 2020 г

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		34,3	20,1	65,8	581	109,60
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180	25,1	12,9	32,7	347	50,87
Бутерброд с сыром	20/16	5,0	3,9	9,1	92	9,19
Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	117	8,73
Хлеб ржаной	10	1,0	0,2	5,0	26	0,61
Йогурт зеленое яблоко	500	4,1	3,1	3,2	57	40,20
Обед		23,1	22,8	121,6	783	80,00
Нарезка св овощей	80	0,8	4,0	3,1	52	6,49
Суп гороховый с гренками с курицей	50/10/2	6,4	9,3	32,0	237	11,38
Жаркое по - домашнему	250	12,7	12,9	28,8	282	34,94
Компот из сухофруктов + Витамин "С"	200	0,3	0,0	20,2	82	1,89
Фрукт апельсин	200	0,1	0,0	23,0	92	21,60
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39	2,48
Хлеб ржаной	20	2,0	0,4	10,0	52	1,22
ИТОГО:		57	43	187	1365	189,60

Завхоз

Повар

Утверждаю:

" "

2020



Меню для детей с 11 лет и старше на 03 сентября 2020г

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		29,5	29,8	148,5	981	80,00
Нарезка св.овощей	100	0,8	4,0	3,1	52	8,14
Суп гороховый с гречками с мясом	250/10/20	6,4	9,3	32	237	11,39
Жаркое по - домашнему	300	15,2	15,5	34,5	338	36,68
Компот из сухофруктов + Витамин "С"	200	0,8	0,0	24,9	103	1,89
Фрукт апельсин	200	0,1	0,0	23,0	92	16,36
Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	7,6	39	2,48
Хлеб ржаной	50	4,6	0,8	23,4	120	3,06
ИТОГО:		71	54	225	1669	

Завхоз

Иван

Повар

Николай