

Утверждаю: директор филиала
Бычкова С.П.

23

12

2020г.



Меню для детей с 7 до 10 лет на 23.12.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		36	24	116	828	
Нарезка из отварной моркови и свеклы	80	0,9	0	5,9	27	0,54
Уха рыбацкая	250/75	9	4	14,1	129	17,87
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	27,33
Картофельное пюре	150	3,5	5,3	24,0	158	7,56
Компот из изюма+вит"С"	200	0,4	0,0	26,9	109	3,48
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	15,2	77	1,96
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68	1,78
Яблоко	200	0,1	0,0	12,8	52	19,48
ИТОГО:		36	24	116	828	80,00

Утверждаю: директор филиала
Бычкова С.П.

23

12

2020г.



Меню для детей с 11 лет и старше на 23.12.2020 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		39,7	30,3	134,5	971	
Нарезка из отварной моркови и свеклы с маслом	100	1,2	5	7,3	79	0,67
Уха рыбацкая	250/75	9	4	14,1	129	19,29
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	27,33
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	10,41
Компот из изюма+вит. "С"	200	0,4	0,0	26,9	109	3,48
Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	22,8	116	2,80
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102	2,23
Яблоко	90	0,1	0,0	12,8	52	13,79
ИТОГО:		40	30	135	971	80,00

Утверждаю: директор филиала

Бычкова С.П.

23

12

2020г.



Меню для детей с 7 до 10 лет на 23.12.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		18,4	16,5	134,2	759,0	
Каша сборная с маслом	200/5	6,9	7,2	30,1	213	11,83
Бутерброд с маслом, с повидлом	30/5/20	2,6	3,5	28,0	154	4,05
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,11
Йогурт	125	4,1	3,1	3,2	57	22,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,7	10,6	55	0,68
Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	3,3	17	0,98
Полдник						
Сок	1000	0,3	0,0	26,0	105	27,72
Мандарин	303	0,1	0,0	16,0	64	38,23
ИТОГО:		18	17	134	759	109,60

Утверждаю: директор филиала
Бычкова С.П.

23

12

2020г.



Меню для детей с 11 лет и старше на 23.12.2020 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		39	31	100	783	
Уха рыбацкая	250/75	9	4	14,1	129	18,88
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	27,33
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	9,71
Компот из изюма+вит"С"	200	0,7	0,0	12,2	52	4,81
Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	22,8	116	2,62
Хлеб ржаной	60	4,0	6,7	20,0	102	2,08
ИТОГО:		39	31	100	783	65,43