

Утверждаю:

[Подпись]

"10" ноябрь

2020г

Меню для детей с 7 до 11 лет на 10.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		27,7	25,5	56,8	568,0	
Пудинг творожный запеченный с повидлом	150	18,9	15,2	29,2	329	53,86
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	4,7	6,3	10,0	116	10,70
Какао с молоком	200	4,1	4,0	17,6	123	11,60
итого:						76,16
Полдник						
Слойка Сюрприз	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	17,44
ИТОГО:						33,44

Утверждаю:

"10"

ноября

2020г

Меню для детей с 11 лет на 10.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		27,7	25,5	56,8	568,0	
Пудинг творожный запеченный с повидлом	150	18,9	15,2	29,2	329	62,07
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	4,7	6,3	10,0	116	10,70
Какао с молоком	200	4,1	4,0	17,6	123	11,92
итого:						84,69
Полдник						
Слойка Сюрприз	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	8,91
ИТОГО:						24,91

Утверждаю:



"10"

ноября

2020г.



Меню для детей с 7 до 10 лет на 10.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		35,3	32,1	107,0	858,2	
нарезка из моркови с кукурузой	100	2,2	4,3	5,0	68,0	4,34
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	6	5,7	4,7	94	10,19
Гуляш	100	17,0	17,6	3,5	240	35,52
Макароны отварные	150	4,8	3,7	36,7	199	4,03
Сок яблочный	200	0,7	0,0	12,2	52	5,37
яблоко	150	0,1	0,0	23,0	92	17,91
Хлеб витаминный	40	3,2	0,6	15,2	79	1,50
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34	1,14
ИТОГО:		35	32	107	858	80,00

Утверждаю:

"11"

ноября

2020г.



Меню для детей с 11 лет на 11.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		35,7	29,0	110,6	846,2	
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/5	6	5,7	4,7	94	11,23
Гуляш	100	17,0	17,6	3,5	240	27,62
Макароны отварные	180	5,8	4,4	44,0	239	2,44
Сок яблочный	200	0,3	0,0	26,0	105	4,48
Хлеб витаминный	50	4,0	0,8	19,0	99	2,18
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69	2,72
ИТОГО:		36	29	111	846	50,67