



Утверждаю:

[Signature]

октября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 16.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
завтрак		16,2	16,1	88,0	612,0	
Каша сборная с маслом	200/5	6,9	7,2	30,0	213	13,85
Бутерброд с маслом	30/5/20	2,6	3,5	28,0	154	14,98
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,06
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
фрукт	120	0,4	0,4	9,8	94	14,40
ИТОГО:						69,29
полдник		1,1	1,3	157,3	235,0	
слойка сюрприз	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
фрукт яблоко	203	0,0	0,0	130,0	110	24,31
ИТОГО:						40,31



Утверждаю:

16

октября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 16.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		35,3	24,3	82,8	691	
Нарезка из отварной моркови и свеклы	90	0,8	4,1	3,1	53	2,81
Уха рыбацкая	250/75	9,0	4,0	14,1	128	29,62
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	31,67
Картофельное пюре	150	3,5	5,3	24,0	158	7,17
Сок яблочный	200	0,7	0,0	12,2	52	5,32
Хлеб витаминный	40	3,2	0,4	15,2	77	1,43
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69	1,98
ИТОГО:		35	24	83	691	80,00



[Signature]

16

октября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 16.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		38,7	25,3	99,7	781	
Уха рыбацкая	250/75	9,0	4,0	14,1	128	28,73
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	27,00
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	10,08
Сок	200	0,7	0,0	12,2	52	5,24
Хлеб витаминный	60	4,8	0,6	22,8	116	2,38
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102	1,94
ИТОГО:		39	25	100	781	75,37