

Утверждаю:

"21"

октября

2020г.

# Меню для детей с 7 до 10 лет на 21.10.2020 г.

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |              |              | цена,<br>руб |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |              |
| <b>Завтрак</b>                      |                   | <b>25,6</b> | <b>21,0</b> | <b>58,1</b>  | <b>524,0</b> |              |
| Суфле творожное с молоком сгущенным | 150               | 18,4        | 14,4        | 32,0         | 331          | 26,42        |
| Бутерброд с сыром                   | 20/15             | 5,0         | 4,7         | 9,1          | 99           | 8,19         |
| Кофейный напиток                    | 200               | 2,2         | 1,9         | 17,0         | 94           | 3,95         |
| Итого                               |                   |             |             |              |              | 38,56        |
| <b>Полдник</b>                      |                   | <b>5,2</b>  | <b>4,4</b>  | <b>134,5</b> | <b>598,0</b> |              |
| Слойка Сюрприз                      | 60                | 1,1         | 1,3         | 27,3         | 125          | 16,00        |
| йогурт                              | 200               | 4,1         | 3,1         | 3,2          | 57           | 22,00        |
| мандарин                            | 85                | 0,0         | 0,0         | 52,0         | 208          | 18,50        |
| яблоко                              | 120               | 0,0         | 0,0         | 52,0         | 208          | 14,54        |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   |             |             |              |              | <b>71,04</b> |

Утверждаю:

"21"

октября

2020г.

# Меню для детей с 11 лет на 21.10.2018 г.

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |              |              | цена,<br>руб |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |              |
| <b>Завтрак</b>                      |                   | <b>25,6</b> | <b>21,0</b> | <b>58,1</b>  | <b>524,0</b> |              |
| Суфле творожное с молоком сгущенным | 150               | 18,4        | 14,4        | 32,0         | 331          | 28,51        |
| Бутерброд с сыром                   | 20/15             | 5,0         | 4,7         | 9,1          | 99           | 9,52         |
| Кофейный напиток                    | 200               | 2,2         | 1,9         | 17,0         | 94           | 3,95         |
| Итого                               |                   |             |             |              |              | 41,98        |
| <b>Полдник</b>                      |                   | <b>5,2</b>  | <b>4,4</b>  | <b>134,5</b> | <b>598,0</b> |              |
| Слойка Сюрприз                      | 60                | 1,1         | 1,3         | 27,3         | 125          | 16,00        |
| йогурт                              | 200               | 4,1         | 3,1         | 3,2          | 57           | 22,00        |
| мандарин                            | 85                | 0,0         | 0,0         | 52,0         | 208          | 15,82        |
| яблоко                              | 120               | 0,0         | 0,0         | 52,0         | 208          | 13,80        |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   |             |             |              |              | <b>67,62</b> |

Утверждаю:

"21"

октября

2020г.

### Меню для детей с 7 до 11 лет на 21.10.2020г.

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |             |              | цена,<br>руб |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     |              |
| <b>Обед</b>                         |                   | <b>25,2</b> | <b>31,8</b> | <b>98,0</b> | <b>778,8</b> |              |
| Нарезка из моркови                  | 80                | 1,1         | 4,0         | 8,7         | 75           | 3,65         |
| Свекольник с мясом, со сметаной     | 250/10/5          | 4,6         | 4,2         | 14,5        | 114          | 15,46        |
| Колбасные изделия отварные с маслом | 80/5              | 7,9         | 15,6        | 0,4         | 174          | 27,59        |
| Рагу овощное                        | 150               | 2,9         | 6,2         | 14,9        | 127          | 9,85         |
| Отвар шиповника                     | 200               | 0,5         | 0,2         | 19,5        | 82           | 3,09         |
| Хлеб витаминный                     | 70                | 5,6         | 1,1         | 26,6        | 139          | 2,51         |
| Хлеб ржаной                         | 40                | 2,6         | 0,5         | 13,4        | 69           | 1,97         |
| яблоко                              | 133               | 0,1         | 0,0         | 23,0        | 92           | 15,88        |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   | <b>25</b>   | <b>32</b>   | <b>98</b>   | <b>779</b>   | <b>80,00</b> |

Утверждаю:

"21"

октября

2020г.

# Меню для детей с 11 лет на 21.10.2020 г.

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |              |            | цена,<br>руб |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|------------|--------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал   |              |
| <b>Обед</b>                         |                   | <b>29,4</b> | <b>31,6</b> | <b>106,3</b> | <b>827</b> |              |
| Свекольник смясом,со сметаной       | 250/10/5          | 4,6         | 4,2         | 14,5         | 114        | 14,45        |
| Колбасные изделия отварные с маслом | 100/5             | 9,8         | 17,3        | 0,4          | 197        | 32,73        |
| Рагу овощное                        | 180               | 3,9         | 8,3         | 19,9         | 170        | 9,92         |
| Отвар шиповника                     | 200               | 0,7         | 0,3         | 21,1         | 90         | 3,96         |
| Хлеб витаминный                     | 80                | 6,4         | 0,8         | 30,4         | 154        | 1,40         |
| Хлеб ржаной                         | 60                | 4,0         | 0,7         | 20,0         | 102        | 1,91         |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   | <b>29</b>   | <b>32</b>   | <b>106</b>   | <b>827</b> | <b>64,37</b> |