

Утверждаю:

"24"

ноября

2020г.

Меню для детей с 7 до 11 лет на 24.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		25,6	25,4	92,8	702,0	
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	10,66
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	4,7	6,3	10,0	116	8,76
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,95
Яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	6,00
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
булочка	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
Итого:						68,37
полдник		4,1	3,1	133,2	577,0	
яблоко	280	4,1	3,1	3,2	57	30,92
Сок	200	0,0	0,0	130,0	520	10,31
ИТОГО:						41,23

Утверждаю:

"24"

ноября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 24.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
завтрак		25,6	25,4	92,8	702,0	
Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом	200/5	8,4	8,2	35,0	247	10,09
Бутерброд с сыром и маслом	20/5/10	4,7	6,3	10,0	116	9,59
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,10
Яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	6,00
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
булочка	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
Итого:						67,78
полдник						
сок	100	0,0	0,0	130,0	520	9,44
яблоко	270	4,1	3,1	3,2	57	32,38
ИТОГО:		0,0	0,0	130,0	520,0	41,82

Утверждаю:



"24"

ноября

2020г

Меню для детей с 7 до 10 лет на 24.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		30,0	22,3	116,5	787	
Овощи конс. Огурцы	80	0,6	0,1	1,5	9	7,60
"Бабушкин" суп с мясом со сметаной	250/10/5	4,2	4,7	13,3	112	21,06
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом	80/50	13,5	10,8	15,8	214	38,15.
Картофельное пюре	150	3,5	5,3	24,0	158	7,75
Компот из сухофруктов+Витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	2,14
Хлеб пшеничный	60	4,8	0,9	22,8	119	1,90
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85	1,40
ИТОГО:		30	22	117	787	80,00

Утверждаю:

"24"

ноября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 24.11.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		38,7	28,2	130,2	929	
"Бабушкин" суп с мясом со сметаной	250/10/5	4,2	4,7	13,3	112	14,73
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом	120/50	20,3	16,2	19,7	306	42,23
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	7,20
Компот из сухофруктов+Витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	2,14
Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	26,6	135	1,84
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102	2,92
ИТОГО:		39	28	130	929	71,06