

Утверждаю:

"25"

сентября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 25.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,4	34,7	33,4	527,0	
Омлет натуральный с маслом, с поджариванием	200	16,6	24,1	6,5	309	22,47
Овощи на поджаривание	55	х	х	х	х	5,38
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,9	124	6,65
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	3,82
итого:						38,32
полдник		5,6	4,8	40,3	417,0	
булочка	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
яблоко	280	0,4	0,4	9,8	235	33,28
ИТОГО:						71,28

Утверждаю:

"25"

сентября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 25.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		20,4	34,7	33,4	527,0	
Омлет натуральный с маслом, с подгарнировкой	200	16,6	24,1	6,5	309	22,58
Овощи на подгарнирку	40	х	х	х	х	4,35
Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,7	9,9	124	8,50
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,64
итого:						40,07
полдник		5,6	4,8	40,3	417,0	
булочка	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
яблоко	260	0,4	0,4	9,8	235	31,53
ИТОГО:						69,53

Утверждаю:

"25"

сентября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 25.09.2020г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		33,7	30,3	96,4	793,2	
нарезка из вареной моркови	50	2,2	4,3	5,0	68	4,12
Суп по домашнему с мясом, со сметаной	250/10/5	7,4	6,1	10,5	127	21,97
Шницель из говядины с маслом	80/5	15,0	15,1	12,8	247	28,30
Овощи тушеные в соусе томатном	150	2,4	3,5	12,7	92	8,36
Компот из сухофруктов +Витамин"С"	200	0,7	0,0	23,9	98	2,10
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,8	19,0	99	1,43
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69	1,72
яблоко	100	0,1	0,0	23,0	92	12,00
ИТОГО:		34	30	96	793	80,00

Утверждаю:

"25"

сентября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 25.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		36,0	29,9	78,4	727	
Суп по домашнему с мясом, со сметаной	250/10/5	7,4	6,1	10,5	127	20,67
Шницель из говядины с маслом	100/5	18,2	18,3	17,0	306	36,24
Овощи тушеные в соусе томатном	180	2,9	4,2	15,2	110	9,63
Компот из сухофруктов +Витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	1,86
Хлеб пшеничный	50	4,2	0,7	19,0	99	1,55
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85	2,46
ИТОГО:		36	30	78	727	72,41