

Утверждаю:

Зав. диетолог:

Ильзов 10.9.

Ильзов 10.9.

Меню для детей с 7 до 18 лет на 26 ноября 2020 года.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		26,3	28,7	87,6	714	
Бутерброд с сыром и маслом	20/10/5	5,8	6,4	7,9	112	
Гуляш из говядины	100	10,7	9,5	3,4	142	
Гарнир гречневый рассыпчатый	150	3,1	6,6	25,0	172	
Какао с молоком	200	3,4	3,2	18,1	115	
Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41	
Йогурт	95	1,8	1,5	4,5	39	
Обед для ОВЗ с 12 до 18 лет		32,9	29,2	132,0	922,6	
Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	64	
Уха ростовская	250/60	5,5	5,2	18,9	144	
Рагу из птицы	300	16,3	17,1	37,0	367	
Сок в ассортименте	200	0,6	0,2	15,8	67	
Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101	
Хлеб пшеничный	40	3,3	1,1	14,4	75	

Завхоз

Ильзов

Вагапова М.М.

Повар

Ильзов

Олихвер С.Г.