

Утверждаю:




"04"

сентября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 04.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		35,5	27,7	52,2	601	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	24,2	18,0	22,9	351	34,05
Бутерброд с сыром	20/15	5	4,7	9,1	99	8,12
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,20
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
ИТОГО:						68,37
Полдник						
Йогурт	0,2	4,1	3,1	3,2	57	22,00
Фрукт яблоко	160	0,4	0,4	9,8	47	19,23
ИТОГО:		5	4	13	104	41,23



Утверждаю:

"04"

сентября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 04.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		35,5	27,7	52,2	601	
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/30	24,2	18,0	22,9	351	39,19
Бутерброд с сыром	20/15	5	4,7	9,1	99	8,01
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,20
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
ИТОГО:						73,40
Полдник						
Йогурт	0,2	4,1	3,1	3,2	57	22,00
Фрукт яблоко	140	0,4	0,4	9,8	47	14,20
ИТОГО:		5	4	13	104	36,20



Утверждаю:

"04"

сентября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 04.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		29,7	16,5	109,6	700	
Нарезка и помидоров	80	0,6	0,1	1,5	9	7,15
Суп гороховый с гречками с курицей	250/10/10	6,2	5,7	23,2	169	9,85
Жаркое по - домашнему	200	16,5	9,8	21,6	241	30,56
Компот из сухофруктов + Витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	2,10
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97	1,79
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	6,6	34	0,98
Яблоко	230	0,3	0,2	13,8	52	27,57
ИТОГО:		30	16	110	700	80,00



Утверждаю:

"04"

сентября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 04.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		31,3	19,9	109,6	742,8	
Суп гороховый с гречками с курицей	250/10/10	6,2	5,7	23,2	169	10,11
Жаркое по - домашнему	250	16,9	13,2	27,0	294	32,36
Компот из сухофруктов + Витамин "С"	200	0,7	0,0	23,9	98	2,10
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97	1,79
Хлеб ржаной	50	3,5	0,5	16,5	85	2,46
ИТОГО:		31	20	110	743	48,82