

Утверждаю:



"05"

октября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 05.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		25,5	28,2	64,4	613	
Омлет с маслом, поджаривкой гор. зел.	200/55	16,6	24,1	6,5	309	30,69
Бутерброд с повидлом	20/20	1,6	0,2	23,7	103	5,23
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	6,58
хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58	1,10
хлеб ржаной	10	0,7	0,1	3,3	17	0,74
Итого:						44,34
Полдник						
слойка сюрприз	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
сок	200	0,4	0,4	9,8	47	19,21
яблоко	280	0,4	0,3	10,9	42	30,05
ИТОГО:		2	2	48	214	65,26



Утверждаю:

"05"

октября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 05.10.2020 г.						
Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		25,5	28,2	64,4	613	
Омлет с маслом, поджаривкой гор. зел.	200/55	16,6	24,1	6,5	309	31,66
Бутерброд с повидлом	20/20	1,6	0,2	23,7	103	5,23
Чай с молоком	200	4,2	3,5	19,5	126	7,45
хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	11,4	58	1,43
хлеб ржаной	40	0,7	0,1	3,3	17	1,10
Итого:						46,87
Полдник						
слойка сюрприз	60	1,1	1,3	27,3	125	16,00
сок	200	0,4	0,4	9,8	47	19,21
яблоко	220	0,4	0,3	10,9	42	27,52
ИТОГО:		1,5	1,7	37,1	172,0	62,73

Утверждаю:



05 октября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 05.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		29,8	31,9	104,8	820	
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,6	4,6	9,6	87	7,21
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/10	7,8	6,7	8,1	124	10,41
Колбаса отварная	80/5	7,9	15,6	0,4	174	27,59
Макароны отварные	150	4,8	3,7	36,7	199	4,02
Сок абрикосовый	200	0,7	0,0	12,2	52	5,37
Хлеб витаминный	60	4,8	0,6	22,8	116	2,15
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69	1,96
Фрукт яблоко	177	0,3	0,2	13,8	52	21,29
ИТОГО:		30	32	105	820	80,00



Утверждаю:

"05"

октября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 05.10.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		31,8	29,5	92,3	762	
Щи из свежей капусты с картофелем с курицей со сметаной	250/10/10	7,8	6,7	8,1	124	10,32
Колбаса отварная	100/5	9,8	17,3	0,4	197	33,69
Макароны отварные	180	5,8	4,4	44,0	239	3,46
Сок абрикосовый	200	0,7	0,0	12,2	52	5,37
Хлеб витаминный	70	5,6	0,7	26,6	135	1,57
Хлеб ржаной	40	2,8	0,4	13,2	68	1,82
ИТОГО:		32	30	92	762	56,23