

Утверждаю:

"17"

сентябрь

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 17.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
завтрак		16,2	16,1	88,0	612,0	
Каша сборная с маслом	200/5	6,9	7,2	30,0	213	11,45
Бутерброд с маслом	30/5/20	2,6	3,5	28,0	154	7,76
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,50
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
фрукт	100	0,4	0,4	9,8	94	12,00
ИТОГО:						82,78
полдник		1,1	1,3	157,3	235,0	
розанчик	50	1,1	1,3	27,3	125	11,90
сок	200	0,0	0,0	130,0	110	14,92
ИТОГО:						26,82

Утверждаю:

"17"

сентябрь

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 17.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
завтрак		16,2	16,1	88,0	612,0	
Каша сборная с маслом	200/5	6,9	7,2	30,0	213	11,45
Бутерброд с маслом	30/5/20	2,6	3,5	28,0	154	7,76
Кофейный напиток	200	2,2	1,9	17,0	94	4,50
Йогурт	200	4,1	3,1	3,2	57	22,00
фрукт	100	0,4	0,4	9,8	94	12,00
ИТОГО:						82,78
полдник		1,1	1,3	157,3	235,0	
розанчик	50	1,1	1,3	27,3	125	11,90
сок	200	0,0	0,0	130,0	110	14,92
ИТОГО:						26,82

Утверждаю:

"17"

сентября

2020г.

Меню для детей с 7 до 10 лет на 17.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		35,3	24,3	82,8	691	
Нарезка из свежих помидоров	90	0,8	4,1	3,1	53	7,12
Уха рыбацкая	250/75	9,0	4,0	14,1	128	22,66
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	34,55
Картофельное пюре	150	3,5	5,3	24,0	158	6,00
Сок яблочный	200	0,7	0,0	12,2	52	5,40
Хлеб витаминный	40	3,2	0,4	15,2	77	2,24
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69	2,03
ИТОГО:		35	24	83	691	80,00

Утверждаю:

"17"

сентября

2020г.

Меню для детей с 11 лет на 17.09.2020 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Обед		38,7	25,3	99,7	781	
Уха рыбацкая	250/75	9,0	4,0	14,1	128	33,56
Мясо тушеное	100	16,3	14,1	3,9	208	27,00
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	10,20
Сок яблочный	200	0,7	0,0	12,2	52	5,15
Хлеб витаминный	60	4,8	0,6	22,8	116	2,04
Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102	1,73
ИТОГО:		39	25	100	781	79,68