

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

Исполнительная в номер кухни № 23-04-20
 Дата: _____
 Яма: _____
 Номер этажа: _____
 Номер дня недели: _____
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет

№ п/п	Пример блюда, составленные блюда	исход. в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1	Хлеб из овсянки с сахаром соевыми	60	0,70	1,00	2,60	22,20	12,00р
2	Пшеница натуральная рубленый	90	15,55	18,67	8,06	191,86	51,90р
3	Мансарные изделия открытые с овощами	170	0,65	5,19	26,62	172,50	15,00р
4	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	6,00р
5	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р
6	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р
7	Кондитарское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89	10,00р
	Всего:	590	21,61	27,59	88,32	637,28	99,00р
ОБЕД							
1	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	12,00 P
2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	15,00 P
3	Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221,00	65,50 P
4	Каша вязкая (гречневая)	150	8,85	5,15	39,80	243,75	15,00 P
5	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 P
6	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
7	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 P
8	Суфле 2.5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	26,50 P
	Всего:	970	38,64	36,07	133,34	1037,92	148,50 P
ПОДНИК							
1	Запеканка рисовая с творогом с маслом	160	10,56	10,23	18,30	174,6	
2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
	Всего:	360	11,22	10,32	50,31	306,09	50,00 P

Информация СОСН № 3 или 8 В Душев. Т. В. Д. Ш. Ш.

