



МЕНЮ
11 ноября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,12	11,5	22,3	3	256
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		35,11	21,2	41,6	70,8	740
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	99,8	460
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,98	17,1	18,2	25,8	345
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	36,80	14,5	22	29,1	372
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	5,76	0,5	0,1	1,1	9
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,91			19	76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		85,46	38,7	41,2	117,4	1006
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
ПЕЧЕНЬЕ	60	5,34	4,5	5,9	44,6	250
Итого		23,12	11,9	12,3	54,8	386
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	200	4,21	5	7,1	27,3	193
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	18,78	9,8	9,8	3,3	142
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,23	1,9	1,3	27,4	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,22	23,3	19,1	100,4	668
Всего		209,98	105,4	116,2	443,2	3260

Бухгалтер (калькулятор) Саг Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.