

1 день

Согласовано:

Руководитель учреждения

И.Г. Пережогина

2022 г.

Утверждено:



ИП А.Н. Моисеева

2022 г.

Меню для детей с 12 до 18 лет на 19 сентября 2022 г.

Наименование блюда

Химический состав

Выход, г цена, руб ЭЦ, ккал Белки, г Жиры, г Угл. г

Горячий завтрак

714,5 18,7 18,1 119,2

Овощи свежие (помидоры)

100 20,00 21 1,1 0,1 3,8

Шницель из говядины

100 42,50 236 10,1 14,2 17

Фарфалле отварные

180 20,00 255 5,2 3,4 51,0

Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"

200/20/10 15,00 63 0,2 0,0 15,5

Фрукты в ассортименте

100 20,00 59 0,4 0,0 14,4

Хлеб ржаной

20 2,50 41 0,7 0,1 9,4

Хлеб пшеничный

20 2,50 39 1,0 0,3 8,1

Дополнительно

842,6 26,4 38,1 98,6

Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом

200/5 21,00 190,0 6,5 6,7 26,0

Суп из овощей с курицей, со сметаной

250/10/5 40,00 144,3 5,9 6,3 16,0

Салат "Дальневосточный" из морской капусты с яйцом

100 25,00 123,3 5,5 10,5 1,7

Салат из квашеной капусты с луком

100 20,00 80,6 1,6 5,0 7,3

Яйцо отварное

1 шт. 16,00 63 5,1 4,6 0,3

Салат из свежих овощей

100 25,00 58 0,8 5,0 2,5

Чай с сахаром

200 5,50 61 0,2 0,0 15,0

Сок

200 22,00 122 0,8 0,0 29,8

ИТОГО:

1557 45 56 218

Мед. Работник

Заварова

Повар-бригадир

Григорьев