

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Александр Александрович
Александров



МЕНЮ

День 4

на "16" сентября 2021г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КА П П		ГРЧА			
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л		
Завтрак													58,30	65,27
Каша рисовая	200	200	5	5	10,5	10,5	28	28	226,90	226,90				
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	200	4,40	4,40	4,00	4,00	16,40	16,40	119,60	119,60				
Сыр (порциями)	10	10	2,30	2,30	3,00	4,30	0,00	0,00	35,83	35,80				
Булочка с изюмом или вып	50	50	4,40	4,40	3,80	3,80	26,50	26,50	157,70	157,70				
Хлеб из муки пшеничной	40	50	3,00	3,95	1,16	1,50	20,56	24,15	104,68	119,45				
Итого за прием	500	510	19,10	20,05	22,46	24,30	91,46	95,05	644,71	659,45				
Обед													67,70	78,90
Кукуруза консервированная	60	60	0,62	0,62	0,87	0,87	2,94	2,94	22,08	22,08				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	1,41	1,77	3,96	4,95	6,32	7,90	71,80	89,75				
Рыба, тушенная в томате с овощами	60/30	100/30	12,01	18,01	5,87	8,80	1,06	1,59	105,00	157,50				
Картофель отварной	200	200	3,81	3,81	5,76	5,76	30,68	30,68	189,80	189,80				
Компот из апельсинов	180	200	0,45	0,45	0,09	0,10	30,60	33,99	127,08	141,20				
Хлеб ржаной	50	70	2,75	3,43	0,49	0,62	13,89	17,37	69,39	86,73				
Хлеб из муки пшеничной	40	50	3,00	3,95	1,16	1,50	20,56	24,15	104,68	119,45				
Итого за прием	820	960	24,05	32,04	18,20	22,60	106,05	118,62	689,83	806,51				
Полдник													35,4	37,9
Винегрет с сельдью	60/30	100/60	2,57	4,36	6,06	3,82	4,71	7,61	83,33	144,44				
Хлеб из муки пшеничной	30	30	2,37	2,37	0,30	0,30	14,49	14,49	71,67	71,67				
Сок абрикосовый	180	200	1,00	1,00	0,18	0,20	18,80	20,20	77,13	85,68				
Итого за прием	300	390	5,94	7,73	6,54	4,32	38,00	42,30	232,13	301,79				
Итого за день			49,09	59,82	47,20	51,22	235,51	255,97	1566,67	1767,75				

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

Мур
Дже
Сид