

**3 день 23.11.2022**  
**Меню для детей с 11-18 лет**



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	<b>ЗАВТРАК</b>								
	Гор. блюдо	189/2008	Каша пшенная	200	19,70	234,8	7,1	7,4	34,8
		14/2011	Масло сливочное	10	8,60	74,5	0	8,2	0
		213/2008	Яйцо отварное	40	12,80	63	5,1	4,6	0,3
		15/2011	Сыр	15	11,60	88,30	5,6	7,2	0
	гор.напиток	1131/1998	Кисель фруктово-ягодный	200	5,40	112,8	0	0	28,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,90	47,4	1,5	0,1	10
	<b>Всего</b>				<b>60,00</b>				
Обед	<b>ОБЕД</b>								
	закуска	22/2008	Салат из свежих помидор	100	17,80	70,3	1,1	5,1	4,4
	1 блюдо	100/2008	Суп с домашней лапшой	250	9,20	121	3,9	2,8	20
	2 блюдо	361/2021	Гуляш из сердца	100	57,40	145	18	5,5	5,7
	гарнир	323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,40	269,1	10,1	5	45,9
	напиток	348/2011	Компот из кураги	200	8,60	77,4	0	0	19,4
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	0,60	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,00	47,4	1,5	0,1	10
		<b>ВСЕГО</b>				<b>110,00</b>			

Зав. производством : *МЧ* Чурина Л.В.

Ответственный за питание *НБА* Бакулева Н.А.