



3 день 21.12.2022
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			ЗАВТРАК						
	Гор. блюдо	189/2008	Каша пшенная	200	19,70	234,8	7,1	7,4	34,8
		14/2011	Масло сливочное	10	4,30	74,5	0	8,2	0
		213/2008	Яйцо отварное	40	12,80	63	5,1	4,6	0,3
		15/2011	Сыр	15	15,40	88,30	5,6	7,2	0
Обед	гор.напиток	1131/1998	Кисель фруктово-ягодный	200	5,30	112,8	0	0	28,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,50	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				60,00				
			ОБЕД						
	закуска	22/2008	Салат из свежих помидор	100	20,40	70,3	1,1	5,1	4,4
	1 блюдо	100/2008	Суп с домашней лапшой	250	8,80	121	3,9	2,8	20
	2 блюдо	361/2021	Гуляш из сердца	100	57,30	145	18	5,5	5,7
	гарнир	323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,30	269,1	10,1	5	45,9
	напиток	348/2011	Компот из кураги	200	8,40	77,4	0	0	19,4
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	0,80	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,00	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				110,00				

Зав. производством : Чурина Л.В.
Ответственный за питание Бакулева Н.А.