





Утверждаю:

/Барсукова Г.Ш./

### Меню для детей с 12 лет и старше на 15 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Горячий завтрак</b>		<b>21,8</b>	<b>19,3</b>	<b>70,9</b>	<b>544</b>	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	20,79
Биточки рыбные	100	15,5	12,9	14,4	236	31,40
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	175,5	17,30
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	83	6,74
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	39	3,76
						80,00
<b>Обед</b>		<b>15,3</b>	<b>32,6</b>	<b>98,5</b>	<b>789,0</b>	
Салат из свеклы с сыром	100	6,1	12,9	7,7	171	18,04
Рассольник с мясом, со сметаной	250/10/5	4,1	5,2	12,5	113	28,80
Гречка по-купечески с мясом	200	1,8	13,5	32,5	299	50,57
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	8,44
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	3,76
						109,60
<b>Полдник</b>		<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0</b>	
<b>ИТОГО:</b>		<b>37</b>	<b>52</b>	<b>169</b>	<b>1333</b>	<b>189,60</b>

Завхоз

*Ирина*