



Утверждаю:
Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 16 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		15,0	16,4	68,9	483	
Бутерброд с сыром	20/20	5,7	6,2	7,2	107	14,47
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	20,25
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	91	9,63
Фрукты в ассортименте	130	0,6	0,5	19,9	87	25,74
Кондитерское изделие (печенье)	60	1,8	2,5	32,0	158	9,92
						80,00
Обед		7,0	15,4	29,1	283,0	
Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,1	9,6	91	8,81
или Салат из свежих помидоров	100	1,0	5,1	3,5	64	
Суп из овощей на мясном бульоне	250/5	4,4	5,2	16,0	128	19,96
Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом	250/5	20,2	26,9	26,7	430	75,00
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,07
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	3,76
						109,60
ИЛИ						
Полдник		0,0	0,0	0,0	0	
ИТОГО:		22	32	98	766	189,60

Завхоз Урал