



Барсукова Г.Ш./

Меню для детей с 12 лет и старше на 18 марта 2022 г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Горячий завтрак		22,2	18,0	67,8	522,0	
Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0,1	1,9	11	
Суфле рыбное	120	17,1	12,0	5,2	197	44,70
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	15,40
Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	14,03
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	3,76
						80,00
Обед		21,7	17,7	68,4	520,1	
Овощи натуральные (помидоры)	100	1,1	0,1	3,8	21	19,60
Борщ "Украинский" с мясом, со сметаной	250/10/5	4,9	5,9	19,7	152	25,94
Бефстроганов из говядины	100	12,5	10,9	5,6	171	39,46
Рис припущенный с овощами "Мозайка"	180	3,2	7,7	37,9	234	19,07
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	61	2,07
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	117	3,46
						109,60
Полдник		0,0	0,0	0,0	0,0	
ИТОГО:		44	36	136	1042	189,60

Завхоз

Г.Ш. Барсукова