

СОГЛАСОВАНО

директор (должность)
 Ермаков М.М. (ФИО)
 24.05.22 (дата)




УТВЕРЖДАЮ

Ермаков М.М. (должность)
 Ермаков М.М. (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 11 лет
 меню 2х разовое питание 7-я

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» вязкая	200	6,88	11,40	30,25	221,16	253(2011)
	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	60	3,16	1,85	32,78	158,2	101(2016)
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,72	3,66	10,00	88,62	508(2011)
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	13,76	16,91	73,03	467,98	
ОБЕД	салат из соленого огурца с луком	100	0,80	1,10	1,70	113	37(2011)
	Свекольник	250	2,48	3,05	17,27	149	136(2011)
	Жаркое по-домашнему	200	21,48	42,53	22,65	612,72	374(2011)
	Кисель из свежих ягод	200	0,18	0,08	17,54	70,86	518(2011)
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	114(2011)
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115(2011)
ИТОГО ЗА ОБЕД		835	31,00	46,60	94,66	978,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1345	44,76	63,51	160,08	1446,51	

