



**11 день 14.01.2022**  
**Меню для детей с 11-18 лет**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Гор. блюдо	189/2008	<b>ЗАВТРАК</b>							
			Каша овсяная «Геркулес»	200	18,00	229,91	6,57	9,67	24,34	
			Масло сливочное	10	11,90	74,5	0	8,2	0	
			Яйцо отварное	40	13,20	63,0	5,1	4,6	0,3	
			Чай с сахаром	200	2,90	60,6	0,2	0	15,2	
			Хлеб пшеничный	20	4,00	47,4	1,5	0,1	10	
<b>Всего</b>					<b>50,00</b>					
Обед	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир гор. напиток хлеб хлеб		<b>ОБЕД</b>							
			Салат из свеклы с маслом	100	7,60	57,96	1,08	3,06	9,48	
			Борщ из свежей капусты	250	7,70	136,6	2,0	8,0	13,0	
			Котлета из мяса птицы	100	42,40	346,1	21,0	21,9	16,7	
			Пюре картофельное по-домашнему	180	17,60	187,3	3,8	7,7	25,7	
			Компот из ягод	200	11,20	118,2	0,2	0	30,6	
			Хлеб ржано-пшеничный	20	1,50	79,2	2,5	0,4	16,5	
			Хлеб пшеничный	20	2,00	47,4	1,5	0,1	10	
			<b>ВСЕГО</b>				<b>90,00</b>			

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