



12 день 29.01.2022
Меню для детей с 11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	444/2008	Оладьи с повидлом	200/30	27,60	545,8	15,12	8,08	103,00
		15/2011	Сыр	15	11,90	88,3	5,6	7,2	0
	гор. напиток	394/20008	Компот из свежих фруктов	200	8,30	115	0,2	0,2	27,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,20	47,4	1,5	0,1	10
	Всего				50,00				
Обед			ОБЕД						
	закуска	59/2015	Салат из моркови с яблоками	100	9,70	95,8	0,8	6,7	8,2
	1 блюдо	84/2008	Щи из свежей капусты	250	7,30	167,5	3,3	8,6	17,6
	2 блюдо	ТТК	Гуляш из курицы	100	45,00	163	14,73	0,4	2,00
	гарнир	325/2008	Рис отварной	180	14,60	243,6	4,44	7,56	39,36
	гор. напиток	ТТК	Напиток из натурального сока	200	11,00	102,5	0,3	0,1	22,8
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	79,2	2,5	0,4	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	1,20	47,4	1,5	0,1	10
	ВСЕГО				90,00				

Зав. производством : *МЧ* Чурина Л.В.

Ответственный за питание *Нбаф* Бакулева Н.А.