



**4 день 20.01.2022**  
**Меню для детей с 11-18 лет**

| Прием пищи | Раздел       | № рец.       | Блюдо                                    | Выход, г | Цена         | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------------|--------------|--|----------|--------------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | Гор. блюдо   | 189/2008     | Каша манная                              | 200      | 18,50        | 202,55       | 5,93  | 7,99  | 26,71    |
|            |              | 14/2011      | Масло сливочное                          | 5        | 4,00         | 74,5         | 0     | 8,2   | 0        |
|            | закуска      | 15/2011      | Сыр                                      | 15       | 11,90        | 88,3         | 5,6   | 7,2   | 0        |
|            | гор.напиток  | 54/2020      | Компот из изюма                          | 200      | 5,10         | 113,79       | 0,56  | 0     | 27,89    |
|            | хлеб         |              | Хлеб пшеничный                           | 53       | 3,50         | 51,7         | 1,7   | 0,5   | 10,4     |
|            | Конд. изд.   |              | Пряник «Банан»                           | 1        | 7,00         | 44,8         | 0,1   | 8,3   | 0,1      |
|            | <b>Всего</b> |              |  |          | <b>50,00</b> |              |       |       |          |
| Обед       |              |              | <b>ОБЕД</b>                              |          |              |              |       |       |          |
|            | закуска      | 24/2012      | Салат из картофеля со свежими помидорами | 100      | 15,70        | 100,4        | 1,68  | 5,33  | 1,45     |
|            | 1 блюдо      | 84/2008      | Щи из свежей капусты                     | 250      | 17,20        | 167,5        | 3,3   | 8,6   | 17,6     |
|            | 2 блюдо      | 323/2008     | Тфтели                                   | 100      | 41,00        | 327,9        | 14,22 | 23,00 | 16,44    |
|            | гарнир       | 332/2004     | Макароны отварные                        | 180      | 7,90         | 223,4        | 6,5   | 5,1   | 39,3     |
|            | гор.напиток  | 377/2011     | Чай с лимоном                            | 200/7    | 4,50         | 62,8         | 0,3   | 0     | 15,4     |
|            | хлеб         |              | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40       | 1,70         | 79,2         | 2,5   | 0,4   | 16,5     |
|            | хлеб         |              | Хлеб пшеничный                           | 40       | 2,00         | 47,4         | 1,5   | 0,1   | 10       |
|            |              | <b>ВСЕГО</b> |  |          |              | <b>90,00</b> |       |       |          |

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