

Меню для детей с 12 и старше на 29 Сентября 2026г.

Наименование блюда	Химический состав					цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак		17,8	16,0	90,7	577,0	
Салат из моркови с изюмом	100	2,2	0,2	25,5	113	23,01
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	41,48
Каша гречневая вязкая отварная	180	2,0	5,4	29,2	173,4	12,03
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,09
Хлеб дарницкий	20	0,7	0,1	9,4	40,5	2,12
Хлеб пшеничный	20	1,0	0,3	8,1	38,9	2,14
						95,87
Печенье "Сормовское"	50	0,4	0,0	17,3	70,8	9,65
						9,65
Обед		29,7	27,7	123,1	860,0	
Салат картофельный с огурцами	100	1,6	5,0	8,4	85,0	13,21
Уха ростовская	250/60	8,5	6,7	18,9	169,7	40,97
Фрикадельки из кур	100	10,8	10,9	5,4	162,9	48,49
Макароны отварные с овощами	180	3,7	3,8	33,6	183,0	20,68
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,0	15,1	61,4	6,83
Хлеб дарницкий	40	1,9	0,4	17,5	81,0	3,79
Хлеб пшеничный	60	3,0	0,8	24,3	116,8	6,62
						140,59
ИТОГО:		48	44	214	1437	246,11

Кладовщик:

Повар: