

Утверждаю _____
 Директор ИИП Тернова О.В.

МЕНЮ 5 день на 21 января 2022г.

Выход блюда	Наименование	Энергетическая ценность (ККАЛ)	Стоимость
-------------	--------------	--------------------------------	-----------

Завтрак (6-10 лет)

1/170	Фрукты		
130	Рыба, тушенная в томате с овощами	86,00	15-00
150	Картофельное пюре	110,00	30-58
200/7	Чай с лимоном	133,00	10-00
50	Хлеб пшеничный	62,00	8-00
Итого:		117,40	2-00
		508,40	65-58

Завтрак (11-13) (11-18 лет)

1/170	Фрукты		
150	Рыба, тушенная в томате с овощами	86,00	15-00
180	Картофельное пюре	153,220	35-26
200/7	Чай с лимоном	160,00	15-00
70	Хлеб пшеничный	62,00	8-00
Итого:		164,36	3-00
		625,58	76-26

Полдник (6-10 лет)

30/10	Сыр/масло		
40	Пряники	137	32-48
200	Сок	89,9	5-00
40	Хлеб пшеничный	140	10-00
Итого:		70	2-00
		436,90	47-48

Полдник (11-13 лет)

35/20	Сыр/масло		
60	Пряники	189	34-20
200	Сок	179,8	8-00
40	Хлеб пшеничный	140	10-00
Итого:		70	3-00
		578,80	55-20

Обед (6-10 лет)

40	Печенье		
270	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	208,50	10-00
200	Плов из отварной говядины	156,00	26-39
200	Чай с сахаром	375,00	49-00
70	Хлеб пшеничный	60,00	8-00
50	Хлеб ржаной	140,88	3-00
Итого:		87,00	2-00
		1003,90	98-39

Обед (11-13) (11-18 лет)

60	Печенье		
350	Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной	208,50	14-00
220	Плов из отварной говядины	202,222	32-00
200	Чай с сахаром	412,50	54-00
70	Хлеб пшеничный	60,00	8-00
80	Хлеб ржаной	164,36	3-00
Итого:		139	3-37
		1186,782	114-37