

Утверждаю:

" 1 " ноября декабря 2022г.

**1 декабря**

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С 7 ДО 11 ЛЕТ

<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Выход, г</b>	<b>Цена</b>	<b>Калорийн</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>
овощи свежие	100	6,77	7,9	0,5	0,1	1,3
рыба, запеченая с яйцом	100	43,75	165	13	8,9	8,2
пюре картофельное	180	16,48	147	3,3	4,4	23,5
сок	200	9	138	0,5	0	34
Хлеб пшеничный	20	2	40,5	0,7	0,1	9,4
хлеб витаминизированный	20	2,00	39	1	0	8
<b>Обед</b>						
салат картофельный с кукурузой	100	13,29	88,3	2,8	5,1	7,8
суп-харчо с курицей	250,/10	22,57	167,1	7,4	5,5	22
курица, тушеная с капустой	200	55,64	308	12,5	20,5	18,4
компот из свежих фруктов	200	8,1	83,2	0,2	0	20,6
хлеб славянский	40	4	81	1,9	0,4	17,5
хлеб пшеничный	60	6,00	117	3	1	24

**итого** 189,60

Повар-бригадир

*Венчикова*