

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

О.М. Колмакова

Колмакова О.М

« 3 » сентября 2024 год.

« 3 » сентября 2024 год

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 3 » сентября 2024г.
Для детей с 12 и старше

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак Фруктовый салат с йогуртом Омлет с овощами Йогурт Хлеб цельнозерновой	20/10	18	4.1	9.9	111	
	200	7.5	4.7	26.0	203	
	180	3.1	2.4	14.1	85	
	115	4.5	1.7	5.5	55	
Обед Салат из овощей с заправкой Суп с овощами и курицей с грибами Фруктовый салат Доп. картофельное	80	1.1	4.0	5.5	62	
	280/110	3.8	4.8	8.3	100	
	100	10.8	10.9	5.4	164.9	
	130	9.9	3.6	22.3	135	
Сок	200	0.5	0.0	34.0	138	
Хлеб цельнозерновой / ржаной	60/40	14/10.9	0.5/0.5	26.4/15.1	116/69	
Полдник						
ИТОГО						

Повар *О.М. Колмакова*

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Колпакова

Колпакова О.М

«3» сентября 2024 год.

«3» сентября 2024 год

МЕНЮ В ЗАЛ НА «3» сентября 2024г.

Для детей с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак булгуровый с маком ягоды яблоко с лимоном апельсин	80/10	1,8	7,1	9,9	111	
	800	7,5	7,7	86,0	809	
	180	3,1	2,7	12,1	85	
	115	4,5	1,7	5,5	55	
Клуб нежирковый	80	0,4	0,2	8,8	39	
Обед Салат из свеклы с рисом Суп с овощами и курицей и грибами Фруктовый чай Яблоко с лимоном Сок	80	1,1	4,0	5,5	62	
	280/10	3,8	4,8	8,3	100	
	180	0,8	0,9	5,4	162,9	
	150	3,3	3,6	22,3	135	
	800	0,5	0,0	34,0	138	
Клуб нежирковый / рисовый	60/40	1,4/0,9	0,5/0,5	26,4/15,1	116/69	
Подпись						
ИТОГО	.				.	

Повар *Савар*