

СОГЛАСОВАНО:

Ш Шалагина А.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

К Колмакова О.М.

«1» июля 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «1» июля 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 <i>Зимний сыр с маслом</i>	<i>30/15</i>	<i>2.5</i>	<i>9.9</i>	<i>14.5</i>	<i>137</i>		
<i>Сливой</i>	<i>800</i>	<i>21.7</i>	<i>20.5</i>	<i>24</i>	<i>225</i>		
<i>Каш с яблоками</i>	<i>800</i>	<i>2.8</i>	<i>2.5</i>	<i>15.9</i>	<i>97</i>		
<i>Шушкет</i>	<i>720</i>	<i>0.3</i>	<i>0.0</i>	<i>14.2</i>	<i>58</i>		
<i>Каш рисовый</i>	<i>210</i>	<i>0.5</i>	<i>0.3</i>	<i>8.6</i>	<i>34</i>	<i>76.00</i>	
Обед <i>Салат из свеклы с огурцами</i>	<i>100</i>	<i>1.1</i>	<i>8.0</i>	<i>4.1</i>	<i>66</i>		
<i>Чуа из картофеля с тушеной соевым</i>	<i>380/105</i>	<i>4.4</i>	<i>5.9</i>	<i>7.8</i>	<i>121</i>		
<i>Квашеная капуста</i>	<i>100</i>	<i>1.4</i>	<i>1.0</i>	<i>0.0</i>	<i>21.3</i>		
<i>Каша пшеничная</i>	<i>100</i>	<i>4.8</i>	<i>6.1</i>	<i>28.2</i>	<i>131</i>		
<i>Салат из свеклы</i>	<i>900</i>	<i>0.2</i>	<i>0.0</i>	<i>16.0</i>	<i>68</i>		
<i>Каш пшеничная / рисовый</i>	<i>60/60</i>	<i>22/14</i>	<i>24/0.3</i>	<i>28.4/21.7</i>	<i>116/103</i>		
Подпись						<i>107.70</i>	
ИТОГО							

Повар *Р*

СОГЛАСОВАНО:

 Шалагин А.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:

 Колмакова О.М.

«11» ноября 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «11» ноября 2024г.

Для детей с 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
Завтрак <u>Фруктовый с йогуртом</u>	<u>815</u>	<u>2,5</u>	<u>99</u>	<u>145</u>	<u>152</u>		
<u>Дрнши</u>	<u>100</u>	<u>21,7</u>	<u>205</u>	<u>24</u>	<u>205</u>		
<u>Чай с лимоном</u>	<u>100</u>	<u>2,8</u>	<u>25</u>	<u>189</u>	<u>98</u>		
<u>Десерт</u>	<u>190</u>	<u>0,3</u>	<u>0,0</u>	<u>14,8</u>	<u>58</u>		
<u>Итого завтрак</u>	<u>200</u>	<u>0,5</u>	<u>0,3</u>	<u>26</u>	<u>34</u>	<u>76,80</u>	
<u>Обед <u>Салат из овощей с огурцом</u></u>	<u>100</u>	<u>1,1</u>	<u>5,0</u>	<u>4,1</u>	<u>66</u>		
<u>Ухи из рыбы <u>карп</u> с <u>картошкой</u> 200/10/5</u>	<u>44</u>	<u>4,4</u>	<u>5,9</u>	<u>7,0</u>	<u>104</u>		
<u>Курица <u>запеченная</u></u>	<u>100</u>	<u>7,4</u>	<u>7,0</u>	<u>2,0</u>	<u>213</u>		
<u>Овощи <u>предвар.</u></u>	<u>100</u>	<u>4,8</u>	<u>6,1</u>	<u>29,8</u>	<u>191</u>		
<u>Компот из <u>яблок</u></u>	<u>100</u>	<u>0,2</u>	<u>0,0</u>	<u>16,9</u>	<u>68</u>		
<u>Итого обед</u>	<u>60/60</u>	<u>12/14</u>	<u>26/28</u>	<u>24/24,7</u>	<u>116/103</u>		
<u>Полдник</u>						<u>107,70</u>	
ИТОГО							

Повар Саф