

СОГЛАСОВАНО:

Шалыгин А.Ю

УТВЕРЖДАЮ:

Колмакова О.М

«29» ноября 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «29» ноября 2024г.

Для детей с 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование блюда	Химический состав					ЭЦ, ккал	Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
Завтрак Фруктовый с орехи	90/30	7,1	4,2	44,9	130		
Чай молочный с сахаром	280	3,8	7,5	23,8	186		
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	13,5	54		
Вкусно	150	0,4	0,4	28,0	114		
Чай шипучий	20	0,4	0,2	2,8	39	76,80	
Обед Салат овощной	100	2,9	5,1	5,8	81		
Тертый картофель со сметаной	200/10/5	4,8	5,1	10,8	108		
Курица тушеная с рисом	180	7,3	14,0	8,9	191		
Макарон отварные	180	4,1	3,7	34,5	214		
Сок	200	0,3	0,0	21,0	89		
Чай молочный / фруктовый	60/60	1,2/1,4	0,6/0,8	26,4/21,7	116/103	107,70	
Полдник							
ИТОГО							

Повар

Сави

СОГЛАСОВАНО:

Шалигин А.Ю

УТВЕРЖДАЮ:

Колмакова О.М

«29» ноября 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «29» ноября 2024г.

Для детей с 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Химический состав					ЭЦ, ккал	Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г			
Завтрак Зумбулор с сыром	30/40	71	4,7	14,9	130		
Омлет с помидорами и грибами	250	5,8	7,5	23,8	188		
Салат с мясом	200	0,1	0,0	13,5	34		
Сливки	150	0,4	0,4	28,0	117		
Кефир обезжиренный	20	0,4	0,2	8,8	33	4680	
Обед Салат из свежих овощей	100	2,9	5,1	5,8	81		
Пюре картофельное со сметаной	280/10/5	4,8	5,1	10,8	108		
Суп куриный с рисом	140	7,3	1,0	8,9	191		
Пюре картофельное	180	4,1	3,7	14,2	217		
Сок	200	0,3	0,0	21,0	80		
Кефир обезжиренный / сметана	60/50	1,2/1,4	0,6/0,8	28,4/21,7	116/103	107,70	
Подник							
ИТОГО							

Повар Сави