

СОГЛАСОВАНО:

Шалагин А.Ю

УТВЕРЖДАЮ:

Колмакова О.М

«09» декабря 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «09» декабря 2024г.

Для детей с 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование блюда	Химический состав					Цена, руб.
	Вход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Фруктовый салат	20/10	1.8	2.1	9.9	111	
Омлет	200	21.7	20.5	21.4	285	
Чай с сахаром	200	2.8	2.5	15.9	97	
Мороженое	130	0.8	0.0	14.2	88	
Хлеб	20	0.5	0.3	7.6	34	
Обед						
Салат из овощей с огурцом	80	0.9	4.0	3.3	63	
Чаша с нори и рисом с овощами	20/10/5	4.4	5.9	7.8	122	
Курица запеченная	90	13.8	1.0	0.0	122	
Картофель фри	150	4.3	8.1	21.3	160	
Компот из яблок	200	0.2	0.0	18.9	68	
Хлеб цельнозерновой / ржаной	60/30	12/0.9	0.6/0.5	26.4/15.1	116/69	
Подник						
ИТОГО						

Повар

СОГЛАСОВАНО:

 Шалагин А.Ю

УТВЕРЖДАЮ:

 Колмакова О.М

«09» декабря 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « » 2024г.

Для детей с 7 до 11 лет.

Наименование блюда

Химический состав

Цена, руб.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
Завтрак <i>Фруктовый салат с йогуртом</i>	20/10	18	7,1	9,9	119	
<i>Витамин</i>	200	22,7	20,5	24	225	
<i>Чай с сахаром</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	
<i>Ваннорезин</i>	150	0,3	0,0	14,2	58	
<i>Хлеб</i>	20	0,5	0,3	4,6	34	
Обед <i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	
<i>Ухи из картофеля с курицей с соусом</i> 280/10/15	90	44	6,9	4,8	102	
<i>Пюре из картофеля</i>	90	13,8	13,0	0,0	134	
<i>Рисовая каша</i>	150	4,3	6,1	24,3	160	
<i>Компот из яблок</i>	200	0,2	0,0	12,9	68	
<i>Хлеб пшеничный / дрожжи</i>	60/40	12/0,9	0,6/0,5	26,4/15,1	116/69	
Подлив:						
ИТОГО						

Повар

