



Согласовано:
Директор: Р. М. Емдиханова
Дата: 19.09.2023 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"

Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

19.09.2023

/8 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Запеканка творожная со сметан.соусом	330/223	160	21,41	16,32	17,31	214,5	24-00
Чай с сахаром	376	200	0,1	0,03	14,99	57	2-36
Бутерброд с повидлом	2	55	2,38	4,39	27,11	156	5-00
Итого:		500	32,77	20,74	59,41	427,5	
Обед (7-11 лет)							
Винегрет овощной	67	60	0,8	6,06	4,11	74,6	6-50
Борщ с капустой, картофелем со сметаной	82	205(200/5)	1,57	4,87	10,71	90,04	11-00
Котлеты из птицы рубленные с соусом	294	100(50/50)	9,79	10,39	10,8	110,05	35-00
Рис отварной	304	200	4,88	7,31	47,82	259,42	10-50
Компот сухофруктов	349	200	0,57	0	32,21	126,05	4-00
Хлеб Дарницкий		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:		805	20,73	28,99	105,65	758,16	
Всего:			53,5	49,73	165,06	1185,66	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша гречневая вязкая с маслом	330/223	205	28,74	21,95	23,41	266,46	5-79
Чай с сахаром	376	200	0,1	0,03	14,99	56,85	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	7-44
Итого:		550	39,34	31,29	57,84	418,51	
Обед (12-18 лет)							
Винегрет овощной	67	100	1,34	10,11	6,86	124,34	10-80
Борщ с капустой, картофелем со сметаной	82	255(250/5)	2,04	5,96	14,37	114,89	13-50
Котлеты из птицы рубленные с соусом	294	100(50/50)	9,79	10,39	10,8	110,05	35-00
Рис отварной	304	200	4,88	8,14	47,83	266,9	10-50
Компот сухофруктов	349	200	0,57	0	32,21	126,05	4-00
Хлеб Дарницкий		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:		895	21,74	34,96	112,07	840,23	
Всего:			61,08	66,25	197,3	1621,28	
						Повар	А.Г.Минуллова