Согласовано:
Директор
_____ Р.М.Емдиханова
Дата: 10.09.2023 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"
_____
Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

21.09.2023 г

/10 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Бутерброд с маслом сливочным	1	40	2,33	8,49	14,66	146,2	—
Каша из пшена и риса с маслом	175	155	3,3	8,6	23,2	183,4	13-00
Какао с молоком	382	200	3,79	3,2	25,81	143	7-80
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	1-44
Яйцо вареное	209	40	5,08	4,6	0,28	62,84	—
Яблоки порциями	338	100	0,4	0,4	9,8	45	8-80
Итого:		**575**	**17,94**	**25,61**	**93,19**	**675,64**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из белокач. капусты	43	60	0,89	3,05	5,39	51,64	4-00
Суп крестянский с крупой	98	200	1,51	3,98	11,42	87,8	8-69
Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	280	100 (50/50)	8,37	9,52	11,52	161,44	39-50
Каша пшеничная вязкая	303	200	5,65	6,08	33,51	213,71	7-00
Компот из изюма	348	200	0,36	0	28,06	108,83	6-00
Хлеб Дарницкий		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:		**800**	**19,9**	**22,99**	**89,9**	**721,42**	
Всего:			**44,24**	**49,22**	**186,58**	**1447,49**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша из пшена и риса с маслом	175	200	3,3	8,6	23,2	183,4	5-40
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	1-44
Итого:		**440**	**6,41**	**8,94**	**57,64**	**338,6**	
Обед (12-18 лет)							
Салат из белокоч. капусты	43	100	1,48	5,08	8,98	86,07	7-00
Суп крестянский с крупой	98	250	1,89	4,97	14,28	109,76	10-69
Фрикадельки из говядины, тушенные соусе	280	100(50/50)	8,37	9,52	11,52	161,44	39-50
Каша пшеничная вязкая	303	200	5,47	8,39	32,65	230,22	7-00
Компот из изюма	348	200	0,36	0	28,06	108,83	6-00
Хлеб Дарницкий		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:		890	**20,69**	**28,32**	**95,49**	**794,32**	
Всего:			**27,1**	**37,26**	**153,13**	**1132,92**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**