

Согласовано:  
Директор:  Р. М. Емдикханова

Дата: 12.10.2023 г.




Ежедневное меню основного питания

12.10.2023 г.

/10 день/

Утверждаю:  
Директор ООО "Общепит"

Дата: \_\_\_\_\_ г.

Наименование блюда	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>							
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	7-40
Яблоки порциями	338	100	0,4	0,4	9,8	45	7-80
<b>Итого:</b>		<b>575</b>	<b>12,86</b>	<b>21,01</b>	<b>92,91</b>	<b>612,8</b>	
<b>Обед (7-11 лет)</b>							
Салат из белокоч. капусты	43	60	0,89	3,05	5,39	51,64	4-00
Суп крестьянский с крупой	98	200	1,51	3,98	11,42	87,8	10-30
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	280	100 (50/50)	8,37	9,52	11,52	161,44	38-00
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
<b>Итого:</b>		<b>800</b>	<b>19,9</b>	<b>22,99</b>	<b>89,9</b>	<b>721,42</b>	
<b>Всего:</b>			<b>44,24</b>	<b>49,22</b>	<b>186,58</b>	<b>1447,49</b>	
<b>Завтрак (12-18 лет)</b>							
Каша из пшена и риса с маслом	175	200	3,3	8,6	23,2	183,4	10-54
Чай с сахаром	376	200	0,07	0,02	15	60	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	2-00
<b>Итого:</b>		<b>440</b>	<b>6,41</b>	<b>8,94</b>	<b>57,64</b>	<b>338,6</b>	
<b>Обед (12-18 лет)</b>							
Салат из белокоч. капусты	43	100	1,48	5,08	8,98	86,07	7
Суп крестьянский с крупой	98	250	1,89	4,97	14,28	109,76	11-10
Фрикадельки из говядины, тушеные соусе	280	100(50/50)	8,37	9,52	11,52	161,44	38-00
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
<b>Итого:</b>		<b>890</b>	<b>20,69</b>	<b>28,32</b>	<b>95,49</b>	<b>794,32</b>	
<b>Всего:</b>			<b>27,1</b>	<b>37,26</b>	<b>153,13</b>	<b>1132,92</b>	
							Повар  А.Г.Минуллова