



Согласовано:
Директор *Р.М. Емдиханова*
Дата: 13.10.2023 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"

Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

13.10.2023

/11 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша пшеничная с маслом	182	210(10/200)	9,19	11,73	36,83	295,71	12-00
Кофейный напиток с молоком	379	200	3,12	2,51	24,69	146,3	8-30
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	1-40
Яблоки свеж.порциями	338	100	0,8	0,3	8,1	40	8-30
Итого:		550	16,15	14,86	89,06	577,21	
Обед (7-11 лет)							
Салат из свеклы	52	60	0,81	3,65	4,72	53,91	3-70
Суп картофельный с макаронными изделиями	103	200	2,25	2,23	16,73	97,56	10-30
Птица тушеная в смет.соусе	290	100 (50/50)	14,42	19,99	2,95	113,6	37-50
Каша гречневая рассыпчатая	302	200	11,18	8,14	55,02	343,82	9-60
Компот из свежих яблок	342	200	0,16	0,16	27,87	108,96	5-40
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	2-00
Итого:		800	31,74	34,69	121,49	793,45	
Всего:			47,89	49,55	210,55	1370,66	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша пшеничная с маслом	182	210(10/200)	9,19	11,73	36,83	295,71	12-00
Чай с сахаром	376	200	3,12	2,51	24,69	146,3	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	1-40
Итого:		550	15,35	14,56	80,96	537,21	
Обед (12-18 лет)							
Салат из свеклы	52	100	1,35	6,08	7,87	89,85	3-70
Суп картофельный с макаронными изделиями	103	250	2,82	2,79	20,91	121,95	11-00
Птица, тушеная в сметан.соусе	290	100(50/50)	14,42	19,99	2,95	113,6	37-50
Каша гречневая рассыпч.	302	200	11,64	8,7	57,26	359,91	9-60
Компот из свеж.яблок	342	200	0,16	0,16	27,87	108,96	5-40
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	3-00
Итого:		890	33,31	38,24	131,06	869,87	
Всего:			33,31	38,24	131,06	869,87	
							Повар <i>А.Г.Минуллова</i>