



МЕНЮ

на 10 октября 2023 год.

2 день

Завтрак	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды	Энергети- ческая ценность	
Наименование блюда С 7-11 лет							
Сыр порциями	5-22	10	2,30	3,90	0,00	36	97*
Каша молочная овсяная с маслом	9-94	180/5	17,63	12,96	23,61	267	302*
Чай с фруктовым соком	8-48	200	0,34	0,02	24,53	95	79**
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96	
Итого:	26-33		23,31	17,22	67,58	494	
Завтрак 12-18 лет							
Сыр порциями	10-44	20	4.60	5.80	0.00	72	97
Каша молочная овсяная с маслом	10-73	200\5	7.40	13.95	31.96	284	302
Чай с фруктовым соком	8-48	200	0.34	0.02	24.53	95	79
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.80	0.40	24.30	119	
Итого	33-01		16.14	20.17	80.79	570	
Обед С 7-11 лет							
Капуста тушеная	6-97	60	0,94	6,06	7,01	85	612*
Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной	6-61	200/5	1,47	4,67	7,31	89	110*
Тефтели рубленые с соусом	23-16	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197	462*
Каша гречневая рассыпчатая	8-35	150	8,76	6,62	43,08	271	508*
Компот из смеси сухофруктов	5-65	200	0,44	0,00	28,88	116	639*
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	54-10		22,99	32,06	95,95	884	
Обед 12-18							
Капуста тушеная	11-40	100	1.56	10.01	11.68	141.6	612*
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	8-30	250\5	1.80	6.20	9.00	107	110*
Тефтели рубленые с соусом	23-90	100(60\40)	8.87	14.59	11.09	211	462*
Каша гречневая рассыпчатая	12-55	180	10.51	7.94	51.70	325	508
Компот из смеси сухофруктов	5-65	200	0.44	0.00	28.88	116	639
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126	
Итого	65-16		26.00	39.34	112.95	1026.5	

Повар Анатолий