Согласовано:
Директор
_____ Р.М.Емдиханова
Дата: 18.10.2023 г.

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

Ежедневное меню основного питания

19.10.2023

/4 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша из риса и пшена с маслом	175	210(200/10)	5,97	11,4	33,09	259,24	12-00
Чай с лимоном	376	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85	3-50
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	2-80
Бутерброд с сыром	3	50	5,76	7,95	14,62	162,8	10-40
Итого:			**14,87**	**19,7**	**82,14**	**574,09**	
Обед (7-11 лет)							
Салат из свеклы	52	60	0,81	3,65	4,72	53,91	1-90
Щи из свеж.капусты с картофелем со сметаной	88	205(200/5)	1,5	4,94	6,49	79,76	13-70
Биточки рубленые с соусом	269	100(50/50)	7,93	12,29	10,2	180,63	36-50
Макароны отварные	309	200	7,17	6,24	43,19	262,49	7-50
Компот из кураги	348	200	0,34	0	23,65	92,81	7-00
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	3-00
Итого:			**20,67**	**27,64**	**102,45**	**745,2**	
Всего:			**35,54**	**47,34**	**184,59**	**1319,29**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша из риса и пшена с маслом	175	210(200/10)	5,97	11,4	33,09	259,24	10-20
Чай с сахаром	376	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85	2-00
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	2-80
Итого:			**9,11**	**11,75**	**67,52**	**411,29**	
Обед (12-18 лет)							
Салат из свеклы	52	100	1,35	6,08	7,87	89,85	2-60
Щи из свеж.капусты с картофелем со сметаной	88	255(250/5)	1,85	5,94	8,26	98,12	14-40
Биточки рубленые с соусом	269	100(50/50)	7,93	12,29	10,2	180,63	36-50
Макароны отварные	309	200	7,03	6,5	42,3	260,59	7-50
Чай с сахаром	376	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85	2-00
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	2-00
Итого:			**21,42**	**31,33**	**97,82**	**761,64**	
Всего:			**30,53**	**43,08**	**174**	**1208,89**	

Повар **А.Г.Минуллова**