Согласовано:
Директор _____ Р.М.Емдиханова
Дата: 19.10.2023 г.

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

Ежедневное меню основного питания

20.10.2023г

/5 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша гречневая рассыпч. с маслом	302	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46	12-00
Какао с молоком	382	200	3,79	3,2	25,81	143	8-30
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	2-40
Сыр порциями	15	25	5,76	5,97	0	90	8-90
Итого:			**12,59**	**9,49**	**45,25**	**634,66**	
Обед (7-11 лет)							
Винегрет овощной	67	60	0,8	6,06	4,11	74,6	3-40
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96	205(200/5)	1,81	5,03	13,57	109,28	14-20
Птица тушенная в сметан.соусе	290	100(50/50)	14,42	19,99	2,95	113,6	32-50
Рис отварной	310	200	3,87	6,31	29,63	193,25	12-20
Компот из свеж.яблок	342	200	0,16	0,16	27,87	108,96	4-00
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	2-00
Итого:			**36,87**	**35,8**	**169,03**	**1140,88**	
Всего:			**37,67**	**41,86**	**173,14**	**1215,48**	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша гречневая рассыпч. с маслом	302	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46	8-94
Чай с сахаром	376	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	2-40
Итого:			**11,81**	**6,66**	**77,07**	**634,66**	
Обед (12-18 лет)							
Винегрет овощной	67	100	1,34	10,11	6,86	124,34	5-70
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96	255(250/5)	2,23	6,06	16,91	134,1	14-90
Птица тушенная в сметан.соусе	290	100(50/50)	14,42	19,99	2,95	113,6	32-50
Рис отварной	310	230	4,45	7,26	34,07	222,23	12-20
Компот из свеж.яблок	342	200	0,16	0,16	27,87	108,96	4-00
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	2-00
Итого:			**25,52**	**44,1**	**102,86**	**778,83**	
Всего:			**25,52**	**44,1**	**102,86**	**778,83**	
						Повар	**А.Г.Минуллова**