



Согласовано
 Директор
 Р.М.Емдиханова
 Дата: 25.10.2023 г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"

Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

25.10.2023г

/9 день/

чай с лимоном

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Масло слив.порциями	14	10	0,05	8,25	0,08	74,8	
Каша молоч.пшеничная с маслом	173	155(150/5)	6,33	7,15	31,86	218,12	5-80
Чай с фруктовым соком		200	0,54	0,1	8,58	33	12-10
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	3-50
Яблоки свеж.порциями							1-20
Итого:			9,96	15,82	59,96	421,12	8-00
Обед (7-11 лет)							
Салат из квашеной капусты с растит.маслом	47	100	1,6	4,99	7,68	83,39	
Суп с макаронными изд.	111	200	1,83	4,01	12,53	94,41	6-00
Котлеты рыбные с соусом	234	100(50/50)	7,21	5	10,92	118,76	12-50
Пюре картофельное	312	200	4,15	10,88	26,28	220,37	30-00
Компот из черносливя	348	200	0,34	0	23,65	92,81	10-00
Хлеб ржано-пшеничный		40	2,92	0,52	14,2	75,6	7-00
							2-00
Итого:			18,05	25,4	95,26	685,34	
Всего:			28,01	41,22	155,22	1106,46	
Завтрак (7-11 лет)							
Каша пшеничная с маслом	173	155(150/5)	6,33	7,15	31,86	218,12	
Чай с сахаром		200	0,54	0,1	8,58	33	8-20
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	3-50
							7-20
Итого:			9,91	7,57	59,88	346,32	
Обед (12-18 лет)							
Салат из квашеной капусты с растит.маслом	47	150	2,4	7,49	11,52	125,08	
Суп с макаронными изд.	111	250	2,28	5,02	15,66	118,02	10-00
Котлеты рыбные с соусом	234	100(50/50)	7,21	5	10,92	118,76	13-10
Пюре картофельное	312	230	4,78	12,51	30,23	253,42	30-00
Чай с сахаром		200	0,54	0,1	8,58	33	10-00
Хлеб ржано-пшеничный		50	3,65	0,65	17,75	94,5	7-00
							2-00
Итого:			20,66	30,67	109,73	802,59	
Всего:			30,57	38,24	169,61	1148,91	
						Повар	А.Г.Минуллова