



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

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"

Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

7.11.23

/2 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
Завтрак (7-11 лет)							
Каша из овсяных хлопьев с маслом	173	210(200/10)	7,63	13,34	32,51	280,9	15-00
Какао с молоком	382	200	3,79	3,2	25,81	143	8-30
Бутерброд с повидлом	2	55	2,38	4,39	27,11	156,7	4-30
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	3-00
Итого:		505	16,84	21,25	104,87	675,8	
Обед (7-11 лет)							
Салат морковный с сахаром		60	0,8	6,06	4,11	74,6	4-50
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	82	205(200/5)	1,57	4,87	10,71	90,04	14-70
Тефтели рубленные с соусом	279	110(60/50)	7,47	8,37	8,05	139,1	34-00
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	302	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46	9-50
Компот из смеси сухофруктов	349	200	0,57	0	32,21	126,05	3-50
Хлеб ржаной		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:			22,2	25,97	97,72	794,25	
Всего:			39,04	47,22	202,59	1470,05	
Завтрак (12-18 лет)							
Каша из овсяных хлопьев с маслом	173	210(200/10)	7,63	13,34	32,51	280,9	11-18
Чай с сахаром	382	200	3,79	3,2	25,81	143	2-36
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	3-00
Итого:		505	16,84	21,25	104,87	675,8	
Обед (12-18 лет)							
Салат морковный с сахаром		60	0,8	6,06	4,11	74,6	4-50
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	82	255(250/5)	2,04	5,96	14,37	114,89	16-10
Тефтели рубленные с соусом	279	110(60/50)	7,47	8,37	8,05	139,1	34-00
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	302	210(200/10)	11,64	8,7	57,26	359,91	9-50
Чай с сахаром	349	200	0,57	0	32,21	126,05	2-36
Хлеб ржаной		40	3,12	0,36	0	98	2-00
Итого:		915	26,18	33,5	118,75	962,29	
Всего:			26,18	33,5	118,75	962,29	
			Повар		<i>А</i>	А.Г.Минуллова	