

Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_  
Р.М.Емдиханова  
Дата: 07.11.2023 г.

Утверждаю:  
Директор ООО "Общепит"

Дата: \_\_\_\_\_ г.

**Ежедневное меню основного питания**

10.11.23  
/5 день/

Наименование блюд	№ рец-ов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.цен.Ккал	Цена
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>							
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	2-30
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	3-00
Сыр порциями	15	25	5,76	5,97	0	90	8-90
<b>Итого:</b>			<b>12,59</b>	<b>9,49</b>	<b>45,25</b>	<b>634,66</b>	
<b>Обед (7-11 лет)</b>							
Винегрет овощной	67	60	0,8	6,06	4,11	74,6	3-90
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
<b>Итого:</b>			<b>36,87</b>	<b>35,8</b>	<b>169,03</b>	<b>1140,88</b>	
<b>Всего:</b>			<b>37,67</b>	<b>41,86</b>	<b>173,14</b>	<b>1215,48</b>	
<b>Завтрак (12-18 лет)</b>							
Каша гречневая рассыпч. с маслом	302	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46	8-34
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	3-00
<b>Итого:</b>			<b>11,81</b>	<b>6,66</b>	<b>77,07</b>	<b>634,66</b>	
<b>Обед (12-18 лет)</b>							
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
<b>Итого:</b>			<b>25,52</b>	<b>44,1</b>	<b>102,86</b>	<b>778,83</b>	
<b>Всего:</b>			<b>25,52</b>	<b>44,1</b>	<b>102,86</b>	<b>778,83</b>	
							Повар <i>А.Г.Минуллова</i> А.Г.Минуллова