



Согласовано
 Директор
 Р.М. Емдиханова
 Дата: 20.11.2023 г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"

Дата: _____ г.

Ежедневное меню основного питания

20.11.2023 г.

/1 день/

| Наименование блюд | № рец-ов | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг.цен.Ккал | Цена |
|----------------------------------|----------|------------|--------------|--------------|--------------------|----------------|-------|
| Завтрак (7-11 лет) | | | | | | | |
| Сыр порциями | 15 | 25 | 5,75 | 5,97 | 0 | 90 | 8-40 |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 173 | 155(150/5) | 6,33 | 7,15 | 31,86 | 218,12 | 12-10 |
| Кофейный напиток с молоком | 379 | 200 | 3,12 | 2,51 | 24,69 | 146,3 | 8-80 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 47,6 | 3-70 |
| Итого: | | | 17,52 | 16,09 | 66,27 | 542,02 | |
| Обед (7-11 лет) | | | | | | | |
| Салат из белокоч.капусты | 43 | 60 | 0,89 | 3,05 | 5,39 | 51,64 | 5-00 |
| Суп картофельный с горохом | 102 | 200 | 4,11 | 4,27 | 15,6 | 118,63 | 12-30 |
| Котлеты рубленые с соусом | 269 | 100(50/50) | 8,34 | 10,46 | 11,9 | 172,94 | 36-00 |
| Макаронные отварные | 309 | 200 | 7,17 | 6,24 | 43,19 | 262,49 | 7-50 |
| Чай с лимоном | | 200 | 0,54 | 0,1 | 8,58 | 33 | 3-50 |
| Хлеб ржаной | | 40 | 3,12 | 0,36 | 0 | 98 | 2-00 |
| Итого: | | 800 | 24,17 | 24,48 | 84,66 | 736,7 | |
| Всего: | | | 41,69 | 40,57 | 159,03 | 1278,72 | |
| Завтрак (12-18 лет) | | | | | | | |
| Каша пшеничная с маслом | 173 | 155(150/5) | 6,33 | 7,15 | 31,86 | 218,12 | 12-40 |
| Чай с сахаром <i>млн.</i> | 376 | 200 | 3,12 | 2,51 | 24,69 | 146,3 | 3-50 |
| Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 47,6 | 2-00 |
| Итого: | | | 17,52 | 16,09 | 66,27 | 542,02 | |
| Обед (с 12 и старше) | | | | | | | |
| Салат из белокоч.капусты | 43 | 100 | 1,48 | 5,08 | 8,98 | 86,07 | 5-00 |
| Суп картофельный с горохом | 102 | 250 | 5,13 | 5,33 | 19,5 | 148,29 | 13-10 |
| Котлеты рубленые с соусом | 269 | 100(50/50) | 8,34 | 10,46 | 11,9 | 172,94 | 36-00 |
| Макаронные отварные | 309 | 200 | 7,24 | 6,52 | 43,61 | 267,03 | 7-50 |
| Чай с лимоном | 376 | 200 | 0,54 | 0,1 | 8,58 | 33 | 3-50 |
| Хлеб ржаной | | 40 | 3,12 | 0,36 | 0 | 98 | 2-00 |
| Итого: | | 890 | 25,85 | 27,85 | 92,57 | 805,33 | |
| Всего: | | | 25,85 | 27,85 | 92,57 | 805,33 | |
| | | | | Повар | <i>[Signature]</i> | А.Г.Минуллова | |