

Колмакова О.М.

2021 год

Согласовано Шмидт И.О.

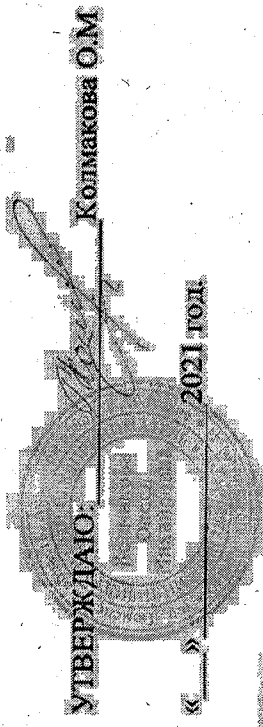
« 2 » 11 2023 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 22 » ноября 2023г. Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белка, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
Завтрак							
омлет натуральный	200	28	21	2	285		42,10
чай с молоком	200	3	3	16	97		7,80
хлеб ржаной	20	0	0	8	34		1,30
бутерброд с маслом	30	2	7	10	111		10,50
яблоко	130	0	0	14	58		17,00
ИТОГО		33	31	50	585		78,70
Обед							
салат из отварной моркови с огурцом	80	1	4	3	53		10,00
щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	265	4	6	8	102		19,30
курица запеченная	90	14	13	0	172		51,60
гречка вязкая отварная	150	4	5	24	160		15,60
компот из яблок	200	0	0	17	68		4,50
хлеб витаминизированный	60	1	1	26	116		4,20
хлеб ржаной	40	1	1	15	69		2,50
ИТОГО		25	30	93	740		107,70

Повар — бригадир

Анч



Согласовано Шмидт И.О. *И* 2023 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «22» ноября 2023г.
Возрастная категория детей старше 12 лет

Химический состав

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
Завтрак							
омлет натуральный	200	28	21	2	285		42,10
чай с молоком	200	3	3	16	97		7,80
хлеб ржаной	20	0	0	8	34		1,30
бутерброд с маслом	45	3	10	15	157		10,50
яблоко	130	0	0	14	58		17,00
ИТОГО		34	34	55	631		78,70
Обед							
салат из отварной моркови с огурцом	100	1	5	4	66		10,00
щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	265	4	6	8	102		19,30
курица запеченная	100	17	17	0	223		51,60
гречка вязкая отварная	180	5	6	29	191		15,60
компот из яблок	200	0	0	17	68		4,50
хлеб витаминизированный	60	1	1	26	116		4,20
хлеб ржаной	60	1	1	23	103		2,50
ИТОГО		29	36	107	869		107,70

Повар — бригадир *Фруц*