

УТВЕРЖДАЮ: Колмакова О.М.

« 2021 год

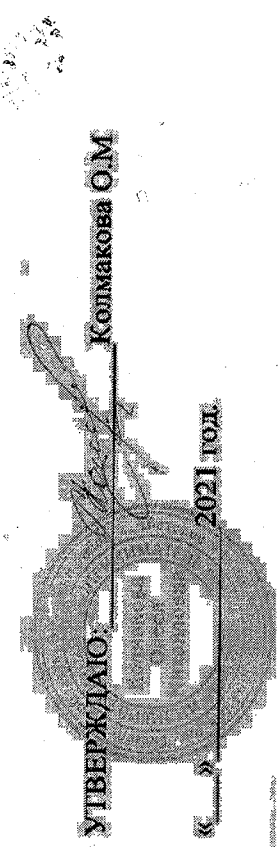
Согласовано Шмидт И.О. И.О. Шмидт
 « 03 » 2024 год.

Меню «14» марта 2024г. Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда Химический состав

| Завтрак | Выход, г | Белка, г | Жиры, г | Угл., г | ЭЦ, ккал | Цена, руб. |
|---------------------------------------------|-------------|-----------|-----------|------------|------------|---------------|
| | | | | | | |
| каша пшеничная жидкая | 200 | 8 | 6 | 21 | 169 | 17,60 |
| чай с лимоном | 200 | 0 | 0 | 14 | 54 | 2,50 |
| хлеб пшеничный | 20 | 0 | 0 | 9 | 38 | 1,40 |
| хлеб ржаной | 20 | 0 | 0 | 8 | 34 | 1,30 |
| бутерброд с сыром | 145 | 6 | 4 | 15 | 122 | 15,00 |
| яблоко | 150 | 0 | 0 | 28 | 117 | 20,00 |
| ИТОГО | 955 | 14 | 10 | 95 | 534 | 57,80 |
| Обед | | | | | | |
| салат витаминный | 80 | 1 | 4 | 5 | 58 | 6,70 |
| рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 265 | 5 | 6 | 14 | 134 | 28,50 |
| рыба-запечённая | 90 | 13 | 11 | 3 | 158 | 32,30 |
| рис припущенный | 150 | 3 | 4 | 25 | 148 | 10,60 |
| сок в ассортименте | 200 | 1 | 0 | 34 | 138 | 25,00 |
| хлеб пшеничный | 140 | 1 | 0 | 18 | 77 | 2,80 |
| хлеб ржаной | 130 | 1 | 0 | 11 | 51 | 1,80 |
| ИТОГО | 1110 | 25 | 25 | 110 | 764 | 107,70 |

Повар — бригадир И.И. И.



УТВЕРЖДАЮ: Колмакова О.М.

2021 год

Согласовано Шмидт И.О. *шф.*
 « 14 » *сентяб.* 2024 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА « 14 » марта 2024г.
 Возрастная категория с 12 лет и старше

| Наименование блюда | Химический состав | | | | | | | Цена, руб. |
|---------------------------------------------|-------------------|------------|-----------|---------------|-----------|------------|------------|---------------|
| | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | ЭЦ, ккал | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| каша пшеничная жидкая | 2001 | 139 | 8 | 17,60 | 6 | 21 | 169 | 17,60 |
| чай с лимоном | 2004 | 34 | 0 | 2,40 | 0 | 14 | 54 | 2,50 |
| хлеб пшеничный | 209 | 36 | 0 | 1,40 | 0 | 9 | 38 | 1,40 |
| хлеб ржаной | 206 | 34 | 0 | 1,40 | 0 | 8 | 34 | 1,30 |
| бутерброд с сыром | 50,5 | 130 | 7 | 19,00 | 5 | 15 | 130 | 15,00 |
| яблоко 150 | 1503 | 117 | 0 | 28,00 | 0 | 28 | 117 | 20,00 |
| ИТОГО | 95 | 542 | 15 | 57,80 | 11 | 95 | 542 | 57,80 |
| Обед | | | | | | | | |
| салат витаминный | 100 | 77 | 1 | 6,70 | 5 | 5 | 71 | 6,70 |
| рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 2654 | 134 | 5 | 24,50 | 6 | 14 | 134 | 28,50 |
| рыба запечённая | 100 | 191 | 16 | 22,30 | 13 | 3 | 191 | 32,30 |
| рис приущенный | 1801 | 176 | 4 | 19,50 | 4 | 31 | 176 | 10,60 |
| сок в асортименте | 2004 | 136 | 1 | 25,00 | 0 | 34 | 138 | 25,00 |
| хлеб пшеничный | 606 | 116 | 1 | 2,40 | 1 | 26 | 116 | 2,80 |
| хлеб ржаной | 603 | 103 | 1 | 1,40 | 1 | 23 | 103 | 1,80 |
| ИТОГО | 136 | 929 | 29 | 107,70 | 30 | 136 | 929 | 107,70 |

Повар — бригадир *шф*