

Согласовано В. Вяткина А.А. 2023 год.
 «31» 03

УТВЕРЖДАЮ: Колмакова О.М.

« » 2021 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «31» марта 2023г.
 Возрастная категория детей старше 12 лет

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

Согласовано Вяткина А. А.

«31» 03 2023 год.

УТВЕРЖДАЮ: Колмакова О.М.

« » 2021 год.

МЕНЮ В ЗАЛ НА «31» марта 2023г.

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Наименование блюда	Химический состав						Цена, руб.
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		
Завтрак							
Омлет натуральный	200	28	21	2	285		41,10
Чай с молоком	200	3	3	16	97		7,80
хлеб ржаной витаминизированный	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 курицей 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 пшеничный витаминизированный	60	1	1	26	116		4,20
хлеб ржаной витаминизированный	40	1	1	15	69		2,50
ИТОГО		25	30	93	740		107,70