

Утверждаю  
Директор



**Меню**  
"06" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 8</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>26,57</b>	<b>18,36</b>	<b>74,79</b>	<b>564,94</b>		
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>740</b>	<b>25,44</b>	<b>22,11</b>	<b>120,58</b>	<b>754,22</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	Н	
	Кисломолочный продукт 150	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>9,49</b>	<b>10,87</b>	<b>40,94</b>	<b>341,6</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>61,50</b>	<b>51,34</b>	<b>236,31</b>	<b>1660,76</b>		

Ст. повар

*Сев*

Утверждаю  
Директор *Сейт*

*Зельманов*



Меню  
"06" сентября 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 8</b>								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рагу из овощей (завтрак)	180	3,01	4,90	16,74	124,6	143	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>27,81</b>	<b>19,77</b>	<b>81,85</b>	<b>610,23</b>		
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100	100/100	10,83	13,12	11,34	207,12	229	
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>810</b>	<b>28,65</b>	<b>26,56</b>	<b>139,75</b>	<b>877,5</b>		
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	Н	
	Кисломолочный продукт 200	200	5,80	5,00	8,00	106	386-1	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>360</b>	<b>8,54</b>	<b>12,12</b>	<b>39,94</b>	<b>357,6</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1725</b>	<b>65,00</b>	<b>58,45</b>	<b>261,54</b>	<b>1845,33</b>		

Ст. повар *Сейт*