



СОГЛАСОВАНО  
ИО Директора  
ГБОУ СО ЕШИ № 6  
Зелик Л.А.



Утверждаю  
Директор  
ООО Общественное питание  
Фомин А.М.

## Меню приготавливаемых блюд

Дата

Возрастная воспитанники 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
			Б	Ж	У		
<b>День 7</b>							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,69	244,62	43,00р.
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	22,00р.
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	5,00р.
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	2,50р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,75	0,27	11,57	54	1,00р.
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>20,22</b>	<b>22,52</b>	<b>54,30</b>	<b>500,84</b>	<b>73,50 Р</b>
ОБЕД	Салат сельдь с картофелем с маслом растительным	20/70/10	5,12	10,70	11,74	163,82	15,00р.
	Рассольник "Ленинградский" с мясом	200	3,82	5,76	11,84	115	30,00р.
	Сметана	10	0,26	1,50	0,36	16,2	3,00р.
	Гуляш из отварной говядины	90	15,45	16,50	3,15	222,75	70,00р.
	Макароны отварные с овощами	150	6,43	6,42	31,57	208,95	12,00р.
	Компот из плодов или ягод сушеных(изюм)	200	0,70	0,14	30,82	120,24	10,00р.
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,48	23,95	118	3,00р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	2,11	0,33	13,89	64,8	1,50р.
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>830</b>	<b>37,74</b>	<b>41,83</b>	<b>127,32</b>	<b>1029,76</b>	<b>144,50 Р</b>
ПОЛДНИК	Зразы творожные с изюмом	150	21,47	14,90	51,61	420,42	50,00р.
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,20	0,20	92	13,00р.
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>22,47</b>	<b>15,10</b>	<b>51,81</b>	<b>512,42</b>	<b>63,00 Р</b>
УЖИН	Тефтели рыбные	100	8,70	5,30	9,60	121	30,00р.
	Капуста тушеная	200	7,40	7,20	7,80	126	20,00р.
	Чай с сахаром	200	0,26	0,00	10,24	42,2	2,00р.
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	2,50р.
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	2,46	0,38	16,20	75,6	1,50р.
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>575</b>	<b>21,90</b>	<b>13,26</b>	<b>63,00</b>	<b>459,2</b>	<b>56,00 Р</b>
УЖИН 2	Йогурт	200	6,00	5,00	22,00	160	23,00 Р
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>5,00</b>	<b>22,00</b>	<b>160</b>	<b>23,00 Р</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2465</b>	<b>108,33</b>	<b>97,71</b>	<b>318,43</b>	<b>2662,22</b>	<b>360,00 Р</b>