



СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е. Е.



Утверждаю

Директор

ООО Общественное питание

Фомин М.Л.

Меню приготавливаемых блюдДата

Возрастная воспитанники 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
			Б	Ж	У		
День 7							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,69	244,62	67,00р.
	Плоды свежие фрукты	100	0,80	0,20	7,50	38	34,00р.
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	8,00р.
	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.
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	20,22	22,52	54,30	500,84	112,50 Р
ОБЕД	Салат сельдь с картофелем с маслом растительным	20/70/10	5,12	10,70	11,74	163,82	23,00р.
	Рассольник "Ленинградский" с мясом	200	3,82	5,76	11,84	115	47,00р.
	Сметана	10	0,26	1,50	0,36	16,2	5,00р.
	Гуляш из отварного мяса	90	15,45	16,50	3,15	222,75	100,00р.
	Макароны отварные с овощами	150	6,43	6,42	31,57	208,95	20,00р.
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,70	0,14	30,82	120,24	15,00р.
	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.
	ИТОГО ЗА ОБЕД		830	37,74	41,83	127,32	1029,76
ПОЛДНИК	Зразы творожные с изюмом	150	21,47	14,90	51,61	420,42	52,00р.
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,20	0,20	92	13,00р.
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	22,47	15,10	51,81	512,42	65,00 Р
УЖИН	Тефтели рыбные	100	8,70	5,30	9,60	121	31,00р.
	Капуста тушеная	200	7,40	7,20	7,80	126	22,00р.
	Чай с сахаром	200	0,26	0,00	10,24	42,2	3,00р.
	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.
ИТОГО ЗА УЖИН		575	21,90	13,26	63,00	459,2	60,00 Р
УЖИН 2	Йогурт	200	6,00	5,00	22,00	160	20,00 Р
ИТОГО ЗА УЖИН 2		200	6,00	5,00	22,00	160	20,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2465	108,33	97,71	318,43	2662,22	472,00 Р