

МЕНЮ  
На 06 сентября 2023 года



| Возрастная категория от 7 до 11 лет |            |              |              |              |                                |               |
|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
| Завтрак                             |            |              |              |              |                                |               |
| Наименование блюда                  | Выход, г   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб.    |
| Фрукты свежие                       | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                             | 13,78         |
| Пудинг из творога (запеченный)      | 150        | 12,85        | 14,4         | 30,15        | 333,6                          | 71,25         |
| Молоко сгущенное                    | 30         | 1,5          | 0,8          | 16,56        | 88,26                          | 8,87          |
| Чай с сахаром                       | 200        | 0,2          | 0            | 6,5          | 26,8                           | 2,51          |
| Бутерброд с сыром                   | 40         | 5            | 5,9          | 12,3         | 98,74                          | 18,91         |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>520</b> | <b>19,95</b> | <b>12,5</b>  | <b>75,31</b> | <b>594,4</b>                   | <b>115,32</b> |
| Обед                                |            |              |              |              |                                |               |
| Наименование блюда                  | Выход, г   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб.    |
| Нарезка из свежих огурцов           | 60         | 0,42         | 0,06         | 1,14         | 7,2                            | 10,69         |
| Суп картофельный с бобовыми         | 200        | 4,24         | 4,8          | 12,7         | 110,96                         | 5,30          |
| Азу из свинины                      | 270        | 11,1         | 15           | 22,2         | 422,3                          | 82,30         |
| Напиток из шиповника                | 200        | 0,6          | 0,2          | 15,2         | 65,3                           | 6,44          |
| Хлеб пшеничный                      | 35         | 2,24         | 0,28         | 17,22        | 80,36                          | 3,85          |
| Хлеб ржаной                         | 35         | 1,92         | 0,35         | 16,48        | 76,75                          | 4,07          |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>800</b> | <b>20,52</b> | <b>20,69</b> | <b>84,94</b> | <b>762,87</b>                  | <b>112,65</b> |

МЕНЮ  
На 06 сентября 2023 года

| Возрастная категория от 12 и старше |            |              |              |              |                                |               |
|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------------------------|---------------|
| Завтрак                             |            |              |              |              |                                |               |
| Наименование блюда                  | Выход, г   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб.    |
| Фрукты свежие                       | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                             | 13,78         |
| Пудинг из творога (запеченный)      | 180        | 15,4         | 17,3         | 36,2         | 400,3                          | 82,20         |
| Молоко сгущенное                    | 30         | 1,5          | 0,8          | 16,56        | 88,26                          | 8,87          |
| Чай с сахаром                       | 200        | 0,2          | 0            | 6,5          | 26,8                           | 2,51          |
| Бутерброд с сыром                   | 45         | 6,1          | 6,1          | 12,3         | 116,84                         | 24,00         |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>555</b> | <b>23,6</b>  | <b>24,6</b>  | <b>81,36</b> | <b>679,2</b>                   | <b>131,36</b> |
| Обед                                |            |              |              |              |                                |               |
| Наименование блюда                  | Выход, г   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб.    |
| Нарезка из свежих огурцов           | 100        | 0,7          | 0,1          | 1,9          | 12                             | 17,8          |
| Суп картофельный с бобовыми         | 250        | 7,8          | 6            | 15,87        | 148,68                         | 6,62          |
| Азу из свинины                      | 300        | 15,63        | 16,63        | 26,61        | 488                            | 89,44         |
| Напиток из шиповника                | 200        | 0,6          | 0,2          | 15,2         | 65,3                           | 6,44          |
| Хлеб пшеничный                      | 40         | 2,56         | 0,32         | 19,68        | 91,84                          | 4,40          |
| Хлеб ржаной                         | 40         | 2,2          | 0,4          | 18,84        | 87,76                          | 4,65          |
| <b>ИТОГО</b>                        | <b>930</b> | <b>29,49</b> | <b>23,65</b> | <b>98,1</b>  | <b>893,58</b>                  | <b>129,35</b> |

Старший повар \_\_\_\_\_

*М. Пудин*