

Утверждаю  
Директор

## МЕНЮ

11 октября 2024

| Прием пищи<br>Блюдо                           | Выход            |                 |                   |                  |                 |                   |
|-----------------------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|------------------|-----------------|-------------------|
|                                               | 7-11 лет         |                 |                   | 12-18 лет        |                 |                   |
|                                               | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность |
| <b><u>Завтрак</u></b>                         |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Пудинг из творога ,со сгущеным                | 150              | 150             | 283               | 200              | 200             | 378               |
| Бутерброд с сыром                             | 40/20            | 40/20           | 253               | 40/20            | 40/20           | 358               |
| кофейный напиток на молоке                    | 200              | 200             | 91                | 200              | 200             | 101               |
|                                               |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                        |                  |                 | 627               |                  |                 | 837               |
| <b><u>Обед</u></b>                            |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Суп из овощей на кур бульоне                  | 250              | 250             | 95                | 300              | 300             | 114               |
| котлета рубленая из бр                        | 90               | 90              | 152               | 100              | 100             | 169               |
| Картофель и овощи тушеные в<br>молочном соусе | 150              | 150             | 216               | 180              | 180             | 288               |
| Кукуруза консервированная                     | 80               | 80              | 46                | 100              | 100             | 58                |
| Сок                                           | 180              | 180             | 108               | 180              | 180             | 108               |
| Груша                                         | 180              | 180             | 47                | 180              | 180             | 47                |
| Хлеб ржаной                                   | 80               | 80              | 102               | 80               | 80              | 164               |
|                                               |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                        |                  |                 | 766               |                  |                 | 948               |
| <b><u>Полдник</u></b>                         |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Блины со сгущенным молоком                    | 80/20            |                 | 230               | 100/20           |                 | 287               |
| Компот из св фруктов                          | 200              |                 | 42                | 200              |                 | 52                |
| Итого:                                        |                  |                 | 272               |                  |                 | 339               |
| <b><u>Ужин</u></b>                            |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Плов рисовый (из куры)                        | 180              |                 | 268               | 200              |                 | 298               |
| Винегрет овощной                              | 80               |                 | 125               | 100              |                 | 150               |
| Компот из с/фр                                | 200              |                 | 81                | 200              |                 | 86                |
| Хлеб пшеничный                                | 60               |                 | 60                | 50               |                 | 132               |
|                                               |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                        |                  |                 | 534               |                  |                 | 666               |
| <b><u>2 Ужин</u></b>                          |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Снежок                                        | 180              |                 | 100               | 180              |                 | 100               |
| Итого:                                        |                  |                 | 2299              |                  |                 | 2890              |

Шеф-повар \_\_\_\_\_