

Утверждаю

Директор

## МЕНЮ

14 января 2025г

| Прием пищи<br>Блюдо                   | Выход            |                 |                   |                  |                 |                   |
|---------------------------------------|------------------|-----------------|-------------------|------------------|-----------------|-------------------|
|                                       | 7-11 лет         |                 |                   | 12-18 лет        |                 |                   |
| <u>Завтрак</u>                        | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность | Прожи-<br>вающие | Приходя-<br>щие | Энерг<br>ценность |
| Запеканка из творога со сг<br>молоком | 180              | 180             | 425               | 210              | 210             | 496               |
| Бутерброд с сыром                     | 50/30            | 50/30           | 253               | 60/38            | 60/38           | 358               |
| кофейный напиток на молоке            | 200              | 200             | 107               | 200              | 200             | 107               |
|                                       |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                |                  |                 | 785               |                  |                 | 961               |
| <u>Обед</u>                           |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Суп молочный с крупой                 | 250              | 250             | 89                | 300              | 300             | 107               |
| Котлета мясная                        | 90               | 90              | 226               | 100              | 100             | 291               |
| Картофель в молоке                    | 180              | 180             | 162               | 180              | 180             | 162               |
| Помидор свежий                        | 80               | 80              | 17                | 100              | 100             | 22                |
| Сок                                   | 200              | 200             | 76                | 200              | 200             | 76                |
| Мандарин                              | 200              | 200             | 76                | 200              | 200             | 76                |
| Хлеб ржаной                           | 70               | 70              | 143               | 80               | 80              | 164               |
|                                       |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                |                  |                 | 789               |                  |                 | 898               |
| <u>Полдник</u>                        |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| вафли                                 | 40               |                 | 130               | 50               |                 | 163               |
| Чай сладкий с лимоном                 | 200              |                 | 27                | 200              |                 | 38                |
| Итого:                                |                  |                 | 157               |                  |                 | 201               |
| <u>Ужин</u>                           |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Мясо духовое                          | 180              |                 | 398               | 200              |                 | 443               |
| салат из огурцов                      | 100              |                 | 65                | 120              |                 | 79                |
| Компот из изюма                       | 200              |                 | 75                | 200              |                 | 122               |
| Хлеб пшеничный                        | 50               |                 | 132               | 50               |                 | 132               |
|                                       |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Итого:                                |                  |                 | 670               |                  |                 | 776               |
| <u>2 Ужин</u>                         |                  |                 |                   |                  |                 |                   |
| Снежок                                | 200              |                 | 100               | 200              |                 | 100               |
| Итого:                                |                  |                 | 2501              |                  |                 | 2936              |

Шеф-повар \_\_\_\_\_