

Утверждаю:  
Директор филиала  
Н.С.



Максименко

" 03"

февраля

2021 г.

**Меню для зала с 7 до 11 лет.**

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |              |              | цена, руб     |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г       | ЭЦ, ккал     |               |
| <b>Завтрак</b>                      |                   | <b>12,2</b> | <b>10,9</b> | <b>72,5</b>  | <b>437,0</b> |               |
| Каша ячневая жидкая с маслом        | 200/5             | 6,4         | 7,2         | 29,3         | 208          | 11,91         |
| Бутерброд с повидлом 20/20          | 20/20             | 1,6         | 0,2         | 23,7         | 103          | 2,93          |
| Чай с молоком                       | 200               | 4,2         | 3,5         | 19,5         | 126          | 5,64          |
| Йогурт в индивидуальной упак.       | 200               | 4,9         | 8,5         | 5,0          | 99           | 22,00         |
| Хлеб ржаной                         | 20                | 0,7         | 0,1         | 3,3          | 17           | 0,83          |
| Хлеб витаминизированный             | 40                | 15,0        | 0,7         | 10,6         | 55           | 1,67          |
|                                     |                   |             |             |              |              | 44,98         |
| <b>Обед</b>                         |                   | <b>26,0</b> | <b>24,0</b> | <b>110,6</b> | <b>746,4</b> |               |
| Салат из отварной свеклы с огурцами | 100               | 1,2         | 5,0         | 5,2          | 71           | 6,63          |
| Суп с мясными фрикадельками         | 250/35            | 0,2         | 4,2         | 16,4         | 128          | 19,27         |
| Рыба запечённая с маслом            | 120/5             | 16,2        | 13,6        | 14,0         | 243          | 21,35         |
| Картофельное пюре                   | 180               | 3,9         | 5,9         | 26,7         | 176          | 9,69          |
| Сок в ассортименте                  | 200               | 0,3         | 0,0         | 26,0         | 105          | 6,31          |
| Яблоко                              | 135               | 0,1         | 0,0         | 10,0         | 0            | 12,17         |
| Хлеб витаминизированный             | 50                | 4,0         | 0,5         | 19,0         | 97           | 2,08          |
| Хлеб дарницкий                      | 60                | 4,0         | 0,7         | 20,0         | 102          | 2,50          |
|                                     |                   |             |             |              |              |               |
|                                     |                   |             |             |              |              | 80,00         |
| <b>Полдник</b>                      |                   | <b>2,4</b>  | <b>1,7</b>  | <b>54,7</b>  | <b>267,5</b> |               |
| Печенье сахарное Юбилейное          | 120               | 2,0         | 1,7         | 34,7         | 162          | 15,86         |
| Яблоко                              | 250               | 0,1         | 0,0         | 10,0         | 0            | 22,98         |
| Сок 0,2 в ассортименте              | 400               | 0,3         | 0,0         | 10,0         | 105          | 25,78         |
|                                     |                   |             |             |              |              | 64,62         |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   | <b>41</b>   | <b>37</b>   | <b>238</b>   | <b>1451</b>  | <b>189,60</b> |

Ответственный за питание

*Губов*

Утверждаю:  
Директор филиала  
Н.С.

Максименко

" 03"

февраля

2021 г.

### Меню для зала с 7 до 11 лет.

| Наименование блюда                  | Химический состав |             |             |             |              | цена, руб     |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
|                                     | Выход, г          | Белки, г    | Жиры, г     | Угл. г      | ЭЦ, ккал     |               |
| <b>Завтрак</b>                      |                   | <b>12,2</b> | <b>10,9</b> | <b>72,5</b> | <b>437,0</b> |               |
| Каша ячневая жидкая с маслом        | 200/5             | 6,4         | 7,2         | 29,3        | 208          | 11,90         |
| Бутерброд с повидлом 20/20          | 20/20             | 1,6         | 0,2         | 23,7        | 103          | 2,93          |
| Чай с молоком                       | 200               | 4,2         | 3,5         | 19,5        | 126          | 5,64          |
| Йогурт в индивидуальной упак.       | 200               | 4,9         |             | 5,0         | 9            | 22,00         |
| Хлеб ржаной                         | 10                | 0,7         | 0,1         | 3,3         | 17           | 0,43          |
| Хлеб витаминизированный             | 20                | 15,0        | 0,7         | 10,6        | 55           | 0,83          |
|                                     |                   |             |             |             |              | 43,73         |
| <b>Обед</b>                         |                   | <b>18,6</b> | <b>19,0</b> | <b>89,7</b> | <b>585,4</b> |               |
| Салат из отварной свеклы с огурцами | 80                | 1,1         | 4,0         | 4,2         | 56           | 5,30          |
| Суп с мясными фрикадельками         | 250/35            | 0,2         | 4,2         | 16,4        | 128          | 19,27         |
| Рыба запечённая с маслом            | 100/5             | 12,5        | 9,9         | 11,7        | 186          | 18,34         |
| Картофельное пюре                   | 150               | 3,5         | 5,3         | 24          | 158          | 8,49          |
| Сок в ассортименте                  | 200               | 0,3         | 0,0         | 26,0        | 105          | 6,31          |
| Яблоко                              | 210               | 0,1         | 0,0         | 10,0        | 0            | 19,79         |
| Хлеб витаминизированный             | 30                | 2,4         | 0,5         | 11,4        | 59           | 1,25          |
| Хлеб дарницкий                      | 30                | 2,0         | 0,4         | 10,0        | 51           | 1,25          |
|                                     |                   |             |             |             |              |               |
|                                     |                   |             |             |             |              | 80,00         |
| <b>Полдник</b>                      |                   | <b>2,4</b>  | <b>1,7</b>  | <b>54,7</b> | <b>267,5</b> |               |
| Печенье сахарное Юбилейное          | 120               | 2,0         | 1,7         | 34,7        | 162          | 15,86         |
| Яблоко                              | 260               | 0,1         | 0,0         | 10,0        | 0            | 24,23         |
| Сок 0,2 в ассортименте              | 400               | 0,3         | 0,0         | 10,0        | 105          | 25,78         |
|                                     |                   |             |             |             |              | 65,87         |
| <b>ИТОГО:</b>                       |                   | <b>33</b>   | <b>32</b>   | <b>217</b>  | <b>1290</b>  | <b>189,60</b> |

Ответственный за питание

Губов