

Согласовано: Начальник ОЦ

Утверждаю: Директор ООО "Милланд-М"

Исупов А.А.

Меню 02.07.2024

| №п | наименование блюда | выход, г. 7-11 лет | цена, руб. | белки | жиры | углево ды | Э.Ц. | выход, г. 12 и старше | цена, руб. | белки | жиры | углево ды | Э.Ц. |
|---------|---|-----------------------|---------------|-------|-------|--------------|-------|-----------------------------|---------------|-------|-------|--------------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сыр порциями | 17 | 17,1 | 0,64 | 5,90 | 0,00 | 50,16 | 17 | 17,1 | 0,64 | 5,9 | 0 | 50,16 |
| 2 | Вареники с картофелем | 220/8 | 50 | 7,86 | 7,04 | 39,2 | 252 | 250/10 | 56 | 9,82 | 8,8 | 49 | 315 |
| 3 | Какао с молоком | 200 | 23 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134 | 200 | 23 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134 |
| 4 | Хлеб пшеничный витаминный | 30 | 2,7 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 |
| 6 | Фрукты свежие (2-й завтрак) | 150 | 31,5 | 0,09 | 0,60 | 14,70 | 66,75 | 150 | 31,5 | 0,09 | 0,60 | 14,70 | 66,75 |
| | Итого завтрак: | 649 | 126,2 | 15,26 | 16,61 | 105,5 | 630,5 | 711 | 134,9 | 19,59 | 18,67 | 129,8 | 763,7 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Нарезка огурцы, помидоры (порциями) | 80 | 22,9 | 0,52 | 0,08 | 1,56 | 10,32 | 100 | 28 | 0,65 | 0,1 | 1,95 | 12,9 |
| 2 | Суп-уха картофельный с сайрой | 200 | 20,8 | 17 | 3,8 | 8,6 | 133,4 | 250 | 25 | 21,25 | 4,75 | 10,75 | 166,7 |
| 3 | Гуляш из свинины | 90 | 57 | 18,06 | 20,14 | 8,08 | 276,3 | 100 | 62 | 20,06 | 22,37 | 8,9 | 306,9 |
| 4 | Картофельное пюре/Картофель в молоке | 150 | 19,6 | 3,08 | 2,33 | 19,3 | 109,7 | 180 | 23,5 | 3,67 | 2,79 | 22,95 | 131,7 |
| 5 | Кисель плодово-ягодный витаминизированный | 200 | 8,5 | 0 | 0 | 19,8 | 81,6 | 200 | 8,5 | 0 | 0 | 19,8 | 81,6 |
| 6 | Хлеб пшеничный витаминный | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 | 48 | 3,84 | 2,8 | 0,54 | 24,7 | 114,9 |
| | Итого обед: | 804 | 136,1 | 44,8 | 27,22 | 98,67 | 809 | 938 | 156,2 | 53,17 | 31,15 | 118 | 955 |
| | Итого за день: | | 262,3 | 60,06 | 43,83 | 204,2 | 1440 | | 291,2 | 72,76 | 49,82 | 247,9 | 1719 |

Меню 03.07.2024

| №п | наименование блюда | выход, г. 7-11 лет | цена, руб. | белки | жиры | углево ды | Э.Ц. | выход, г. 12 и старше | цена, руб. | белки | жиры | углево ды | Э.Ц. |
|---------|---|-----------------------|---------------|-------|-------|--------------|-------|-----------------------------|---------------|-------|-------|--------------|-------|
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Каша пшеничная молочная | 200/5 | 25,5 | 3,3 | 8,6 | 23,2 | 183,4 | 250/8 | 31 | 4,1 | 10,75 | 29 | 228,8 |
| 2 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 100 | 45 | 14,16 | 10,4 | 20,06 | 232 | 100 | 45 | 14,16 | 10,4 | 20,06 | 232 |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | 2,5 | 0,2 | 0 | 11 | 44,8 | 200 | 2,5 | 0,2 | 0 | 11 | 44,8 |
| 4 | Хлеб пшеничный витаминный | 30 | 2,7 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 |
| | Итого завтрак: | 559 | 77,62 | 21,43 | 19,57 | 81,1 | 587,8 | 642 | 85,82 | 24,6 | 22,02 | 101,4 | 703,3 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Огурец свежий (порциями) | 80 | 15,1 | 0,47 | 0,05 | 1,5 | 8,45 | 100 | 18,9 | 0,72 | 0,09 | 2,25 | 12,69 |
| 2 | Суп гороховый с мясом | 200 | 21,1 | 9 | 5,6 | 13,8 | 141 | 250 | 26,3 | 11,25 | 7 | 17,25 | 176,3 |
| 3 | Чахохбили | 90 | 51 | 20,25 | 15,57 | 2,34 | 230,1 | 100 | 55 | 22,51 | 17,3 | 2,6 | 255,7 |
| 4 | Макароны отварные с маслом | 150 | 11 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 201,9 | 180 | 13,2 | 6,12 | 9 | 34,2 | 242,3 |
| 5 | Сок фруктовый | 200 | 23,5 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 | 200 | 23,5 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| 6 | Хлеб пшеничный витаминный | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 | 60 | 5,4 | 4,74 | 0,6 | 28,98 | 140,3 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,92 | 1,40 | 0,27 | 12,35 | 57,47 | 48 | 3,84 | 2,8 | 0,54 | 24,7 | 114,9 |
| | Итого обед: | 804 | 129 | 41,96 | 29,79 | 107,7 | 871,2 | 938 | 146,1 | 49,14 | 34,73 | 130,2 | 1034 |
| | Итого за день: | | 206,6 | 63,39 | 49,36 | 188,8 | 1459 | | 232 | 73,74 | 56,75 | 231,6 | 1737 |