

Согласовано: Начальник ОЦ

Утверждаю: Директор ООО "Милланд-М"



Меню 20.06.2024

| №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 кукурузная молочная | 200/5 | 26,1 | 7,3 | 4,3 | 38,27 | 221 | 250/8 | 32 | 9,1 | 5,37 | 47,83 | 276,2 |
| 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 молоком | 200 | 7,3 | 1,52 | 1,35 | 13,27 | 81 | 200 | 7,3 | 1,52 | 1,35 | 13,27 | 81 |
| 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 | 83,02 | 26,75 | 16,62 | 98,44 | 661,6 | 642 | 91,62 | 30,92 | 17,99 | 122,5 | 787 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Сельдь с луком | 60 | 15,9 | 6,04 | 7,95 | 1,96 | 98,4 | 100 | 26 | 10,06 | 13,25 | 3,26 | 164 |
| 2 | Щи из свежей капусты с мясом и сметаной | 200 | 27,3 | 6 | 6,28 | 7,12 | 109,7 | 250 | 34,1 | 7,5 | 7,85 | 8,9 | 137,2 |
| 3 | Курица запеченная | 90 | 54 | 13,52 | 11,52 | 2,93 | 164 | 100 | 60 | 5,02 | 12,8 | 3,25 | 182,2 |
| 4 | Сложный гарнир | 150 | 21 | 2,7 | 5,09 | 14,6 | 121,3 | 180 | 25,2 | 3,24 | 6,1 | 17,52 | 145,5 |
| 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: | 784 | 149 | 35,4 | 31,91 | 88,14 | 783,2 | 938 | 178 | 34,36 | 41,34 | 106,8 | 976,1 |
| | Итого за день: | | 232 | 62,15 | 48,53 | 186,6 | 1445 | | 269,7 | 65,28 | 59,33 | 229,3 | 1763 |

Меню 21.06.2024

| №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 | Горячий бутерброд с сыром | 50 | 23,2 | 13,9 | 11,9 | 18,1 | 235,5 | 50 | 23,2 | 13,9 | 11,9 | 18,1 | 235,5 |
| 2 | 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 |
| 3 | Омлет натуральный | 100 | 32 | 10,4 | 10,9 | 1,8 | 146,8 | 100 | 32 | 10,4 | 10,9 | 1,8 | 146,8 |
| 4 | Чай с сахаром лимоном | 200 | 4,5 | 0,53 | 0 | 9,87 | 41,6 | 200 | 4,5 | 0,53 | 0 | 9,87 | 41,6 |
| 5 | 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 завтрак: | 579 | 87,12 | 29,53 | 31,67 | 65,32 | 664,7 | 656 | 94,54 | 31,73 | 34,09 | 83,47 | 767,5 |
| 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 куриный с вермишелью | 200 | 22,7 | 4,8 | 7,6 | 9 | 123,6 | 250 | 28 | 6 | 9,5 | 11,25 | 154,5 |
| 3 | Рыба запеченная под сырно- овощной шапкой | 90 | 64 | 19,71 | 15,75 | 6,21 | 245,3 | 100 | 71 | 21,9 | 17,5 | 6,9 | 272,6 |
| 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 | 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 | 152,2 | 35,2 | 26,8 | 97,54 | 776,9 | 938 | 174,1 | 40,83 | 31,22 | 117,2 | 918,7 |
| | Итого за день: | | 239,3 | 64,73 | 58,47 | 162,9 | 1442 | | 268,7 | 72,56 | 65,31 | 200,7 | 1686 |