



Утверждаю

Е. Ю. Островский

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» на 13.12.2021г

Б	Ж	У	ЭЦ	№ТТ К	Наименование блюда	Выход	Цена
Завтрак 7-11 лет: - 8-20 ч.							
11,34	19,78	2,94	236,0	212	Омлет	130	20,45
8,32	16,0	16,96	173,2	536	Сосиска	70	4,9
0,05	0,02	9,1	3,7	945	Чай с молоком	200	6,5
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
0,81	4,5	10,62	86,4		Конфета	18	9,5
28,12	41,1	88,82	734,3		Итого:		43,65
Завтрак 12 лет и старше: - 8-35 ч							
14,8	25,86	3,84	308,6	212	Омлет	170	28,9
8,32	16,0	16,96	173,2	536	Сосиска	70	4,9
0,05	0,02	9,1	3,7	945	Чай с молоком	200	6,5
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
0,81	4,5	10,62	86,4		Конфета	18	9,5
28,12	41,1	88,82	734,3		Итого:		52,15
Обед 7-11 лет – 13-00 ч							
2,74	3,16	4,825	57,86	121	Борщ со сметаной	250	19,025
20,24	25,76	39,56	295,32	403	Плов	230	21,32
0,1	0,95,5	382,4	60		Кисель	200	5,6
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
30,68	29,72	189,2	970,6		Итого:		48,29
Обед 12 лет и старше - 14 -30 ч							
3,29	3,80	5,79	69,44	121	Борщ со сметаной	300	22,83
22	28	43	321	403	Плов	250	23,18
0,1	0,95,5	382,4	60		Кисель	200	5,6
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
30,68	29,72	189,2	970,6		Итого:		48,29
Полдник							
6,7	10,2	44,8	166,3	421	Сдоба	75	14,0
1	0	21,2	88		Сок	200	19,6
7,7	10,2	66	254,3		Итого:		33,6
Ужин – 18-30 ч							
2	0	11	50		Салат кукурузный с луком	100	11,25
5,6	6,94	30,86	208,44	48	Гречка рассыпчатая	150	12,5
25,13	12,59	5,73	193,3	591	Гуляш	75	21,0
0,05	0,02	9,1	3,7	945	Чай с молоком	200	6,5
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
1,1	3,1	3,1	42,5		Печенье	40	7,2
41,48	2345	109	732,9		Итого:		60,8
Второй ужин: - 20-00 ч							
0,8	0,6	20,6	94		Яблоки	200	22
0,8	0,6	20,6	94		Итого:		22

Шеф – повар: *Федорова*

В.В. Федорова