

Утверждаю
 Директор: **Е. Ю. Островский**

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» на 17.03.2022г

Б	Ж	У	ЭЦ	№ТТК	Наименование блюда	Выход	Цена
Завтрак 7-11 лет: – 8-20 ч							
7,4	12,2	44,75	218,9	262	Каша рисовая	250	5,96
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
5,4	4,6	0,3	63	424	Яйцо отварное	40	8,5
1,71	5,54	9,31	786,4		Конфета шоколадная	18	9,5
22,16	23,16	112,6	607,3		Итого:		32,81
Завтрак 12 лет и старше: - 8-35 ч							
7,4	14,64	53,64	262,68	262	Каша рисовая	300	7,5
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
5,4	46	0,3	63	424	Яйцо отварное	40	8,5
1,71	5,54	9,31	86,4		Конфета шоколадная	18	9,5
22,16	67	121,55	787,66		Итого:		34,35
Обед 7-11 лет – 13-00 ч							
5,30	0,25	3,84	43,93	43	Уха из свежей рыбы	250	7,72
6,3	4,7	39,2	221	23	Картофельное пюре	150	16,6
0,52	0	13,48	53,72	868	Компот	200	6,6
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
10,6	31,1	7,67	329	255	Рыбная котлета с подливом	70	22,9
30,32	36,85	113,39	882,65		Итого:		56,17
Обед 12 лет и старше - 14 -30 ч							
6,37	0,3	4,61	52,72	43	Уха из свежей рыбы	300	9,27
6,3	4,7	39,2	221	23	Картофельное пюре	180	19,98
0,52	0	13,48	53,72	868	Компот	300	6,6
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
10,6	31,1	7,67	329	255	Рыбная котлета с подливом	70	22,9
31,39	36,9	114,16	891,44		Итого:		61,1
Полдник							
6,7	10,2	44,8	166,3	421	Сдоба	100	14,5
5,8	6,2	9,1	116,4	127	молоко	200	12,8
12,5	16,4	53,9	282,7		Итого:		26,8
Ужин – 18-30 ч							
1,20	4,70	7,70	78,0	25	Салат «Икра кабачковая»	100	7,5
5,6	9,2	34,2	148,1	489	Рыба запеченная целиком	75	13,9
6,5	5,47	34,92	201,39	342	Рис отварной с маслом	180	9,4
7,6	0,8	49,2	235	299	Хлеб	100	2,35
0,05	0,02	9,1	3,7	945	Чай с молоком	200	6,5
1,1	3,1	3,1	45,2		Печенье	40	7,2
22,05	23,29	138,22	711,39		Итого:		46,85
Второй ужин: - 20-00 ч							
0,8	0,6	20,6	94		Банан	200	28
0,8	0,6	20,6	94		Итого:		28

Шеф – повар: *Федорова*

В.В. Федорова