|  |  |
| --- | --- |
|  |  Утверждаю: Директор ГОКУ «СКШИ г. Черемхово»   Морозова Н.В. |

**Меню на 10.10.2023г с 12-18 лет.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  |  **Завтрак**  |  |  |
| **1** | **Каша « Дружба»**  | **200,0** | **179,9** |
| **2** | **Сливочное масло (порциями)** | **10,0** | **74,9** |
| **3** | **Сыр твердых сортов в нарезке** | **15,0** | **54,5** |
| **4** | **Салат из свеклы отварной** | **115,0** | **87,4** |
| **5** | **Чай черный с сахаром** | **200,0** | **26,4** |
| **6** | **Апельсин**  | **100,0** | **37,6** |
| **7** | **Хлеб пшеничный** | **70,0** | **156,8** |
| **8** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
| **10.00** | **Молоко (1-4 классы)** | **200,0** | **118,4** |
|  |  **Обед**  |  |  |
| **1** | **Рассольник ленинградский** | **250,0** | **141,63** |
| **2** | **Фасоль консервированная** | **100,0** | **84,0** |
| **3** | **Печень по-строгановски** | **120,0** | **254,66** |
| **4** | **Картофельное пюре** | **180,0** | **165,6** |
| **5** | **Компот из чернослива** | **180,0** | **97,29** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **60,0** | **134,4** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **50,0** | **99,0** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Йогурт 2/5%** | **210,0** | **160,65** |
| **2** | **Печенье**  | **100,0** | **221,6** |
| **3** | **Яблоко свежее** | **100,0** | **40,3** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Голубцы овощные с молочным соусом** | **125/75** | **157,0** |
| **2** | **Зеленый горошек** | **100,0** | **35,0** |
| **3** |  **Какао с сахаром и молоком** | **200,0** | **144,0** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **70,0** | **156,8** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **30,0** | **59,4** |
|  |  **2 Ужин** |  |  |
|  **1** | **Сок виноградный** | **200 ,0**  | **136,4** |