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

 **Меню на 21.10.2023г c 12-18 л.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| **1** | **Суп молочный с макаронными изделиями** | **200,0** | **144,4** |
| **2** | **Масло сливочное (порциями)** | **10,0** | **74,9** |
| **3** | **Сыр твердых сортов в нарезке** | **15,0** | **54,5** |
| **3** | **Салат из свеклы отварной**  | **115,0** | **87,4** |
| **4** | **Кофейный напиток с молоком** | **200,0** | **79,0** |
| **5** | **Груша**  | **100,0** | **34,5** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **70,0** | **156,8** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
|  |  **Обед**  |  |  |
| **1** | **Рассольник ленинградский** | **250,0** | **141,63** |
| **2** | **Плов из отварной говядины** | **200,0** | **341,9** |
| **3** | **Икра кабачковая** | **100,0** | **83,08** |
| **4** | **Кисель из апельсинов** | **180,0** | **54,0** |
| **5** | **Хлеб пшеничный** | **90,0** | **201,6** |
| **6** | **Хлеб ржаной** | **60,0** | **118,8** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок сливовый** | **200,0** | **131,2** |
| **2** | **Банан**  | **100,0** | **93,23** |
| **3** | **Пудинг из творога с яблоками** | **110,0** | **200,28** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Тефтели из говядины паровые** | **100,0** | **176,89** |
| **2** | **Рагу из овощей** | **180,0** | **167,64** |
| **3** | **Перец болгарский в нарезке** | **100,0** | **28,0** |
| **4** | **Чай черный с сахаром** | **200,0** | **26,4** |
| **5** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **6** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **2 ужин** |  |  |
| **1** |  **Йогурт 2/5%**  | **240,0** | **139,44** |