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

 **Меню на 21.10.2023г c 7-11 л.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| **1** | **Суп молочный с макаронными изделиями**  | **200** |  **144,4** |
| **2** | **Сыр твердых сортов в нарезке** | **10,0** | **36,33** |
| **3** | **Салат из свеклы отварной**  | **100,0** | **76,0** |
| **4** | **Кофейный напиток с молоком** | **200,0** | **79,0**  |
| **5** | **Груша**  | **100,0** | **40,3** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **50,0** | **112,0** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
|  |  **Обед**  |  |  |
| **1** | **Рассольник ленинградский** | **200,0** | **113,3** |
| **2** | **Плов из отварной говядины** | **200,0** | **341,9** |
| **3** | **Икра кабачковая** | **60,0** | **49,85** |
| **4** | **Компот из чернослива** | **200,0** | **108,1** |
| **5** | **Хлеб пшеничный** | **60,0** | **134,4** |
| **6** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок сливовый** | **200,0** | **131,2** |
| **2** | **Яблоко свежее** | **100,0** | **40,3** |
| **3** | **Пудинг из творога с яблоками** | **100,0** | **182,07** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Тефтели из говядины паровые**  | **90,0** | **159,2** |
| **2** | **Рагу из овощей** | **150,0** | **139,7** |
| **3** | **Кисель из апельсинов** | **200,0** | **60,0** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **2 ужин** |  |  |
| **1** |  **Молоко 3/2%**  | **200,0** | **118,4** |