

**МЕНЮ**

1 ноября 2023 г.

Улыбка

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b> сахар песок, творог 9% , соль йодированная , молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное	225	36,2	25,5	43,3	534
<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ</b> батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский	75	6,9	13,7	23,5	24
<b>ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ</b> чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,2		14,2	58
<b>Итого</b>		43,3	39,2	81	832
<b>Обед</b>					
<b>САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ"</b> соль йодированная , яблоки, морковь красная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	60	1	2,3	3,5	40
<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b> соль йодированная , картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	2,4	2,3	16,8	96
<b>ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ</b> крупа рисовая длинный , грудка куриная Халяль, соль йодированная , масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,5	9,4	2,3	251
<b>НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД</b> аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		19,5	78
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
<b>СЕЗОННЫЙ ФРУКТ</b> яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
<b>Итого</b>		10,2	15,3	93,1	706
<b>Всего</b>		53,5	54,5	174,1	1538

Цена

176-90

Повар \_\_\_\_\_

**МЕНЮ**  
31 октября 2023 г.  
Улыбка  
7-11 лет



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
<b>ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ</b> огурцы грунтовые	60	0,4	0,1	1,3	7
<b>КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ</b> соль йодированная, мясо индейки Халяль, грудка куриная, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	4,6	6,4	9,4	109
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ</b> соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,2	28
<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b> соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	150	4,3	5,1	20,6	144
<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>Итого</b>		15,8	16,2	74	484
<b>Обед</b>					
<b>ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b> томаты грунтовые, огурцы грунтовые	60	0,5	0,1	1,3	11
<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ</b> соль йодированная, капуста белокочанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, сметана 20% жирности	200	1,9	3,9	7,3	72
<b>БИТОЧЕК РЫБНЫЙ</b> соль йодированная, филе минтая, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	80	11,9	5	9,5	124
<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b> соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	3,4	5,1	22,1	249
<b>НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> аскорбиновая кислота, яблоки, вода питьевая, сахар песок	200	0,1	0,1	20,4	82
<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>		23,3	14,3	96,9	705
<b>Всего</b>		39,1	30	170,9	1189

Цена

176-90

Повар \_\_\_\_\_