

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»




СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ООШ № 31

имени Г.В. Давидовича



Т.Ш. Шалагина

г.Новороссийск

# МЕНЮ

ДЕНЬ № 7 10.10.23

**Период: осень; Возрастная категория 12-18 лет.**

10-ти дневное меню

приём пищи	Наименование блюда	Стоимость блюда, руб.	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки Б	жиры Ж	углеводы У	
<b>ЗАВТРАК</b>							
неделя 2-я День 7-й	огурец свежий в нарезке	8,00	60	0,5	0,1	1,5	8,50
	Макароны отварные с овощами	22,38	180	5,19	8,84	39,20	257,14
	Суфле из печени с соусом смет. с луком	30,47	110	11,16	12,17	15,03	214,31
	Компот из смеси сухофруктов	4,35	200	0,40	0,00	15,29	62,77
	Хлеб пшеничный	3,20	40	2,11	0,28	16,32	76,23
	Хлеб ржаной	2,40	30	1,70	0,36	12,56	60,26
<b>итого за завтрак</b>		<b>70,80</b>	<b>620</b>	<b>21,06</b>	<b>21,75</b>	<b>99,90</b>	<b>679,21</b>
<b>ОБЕД</b>							
неделя 2-я День 7-й	Квашеная капуста	15,03	60	1,03	3,00	5,08	51,42
	Суп с крупой (пшеничной)	8,23	250	8,41	11,37	18,80	211,09
	Рыба запечённая под молочным соусом	46,90	210	14,97	18,54	22,82	318,01
	Сок фруктовый (абрикосовый)	11,06	200	1,00	0,00	25,40	105,60
	Хлеб пшеничный	4,80	60	3,16	0,42	24,48	114,34
	Хлеб ржаной	4,00	50	2,83	0,6	20,93	100,44
	Фрукты свежие (яблоко)	10,94	105	0,42	0,42	10,29	49,35
<b>итого за обед</b>		<b>100,96</b>	<b>935</b>	<b>31,81</b>	<b>34,35</b>	<b>127,79</b>	<b>950,25</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
неделя 2-я День 7-й	Компот из смеси сухофруктов	4,35	200	0,40	0,00	15,29	62,77
	Оладьи из печени	21,89	120	10,01	8,91	8,01	152,28
	Хлеб ржаной	2,40	30	1,70	0,36	12,56	60,26
<b>итого за полдник</b>		<b>28,64</b>	<b>350</b>	<b>12,11</b>	<b>9,270</b>	<b>35,87</b>	<b>275,31</b>

Зав.производством



/М.В. Давидян/





