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

 **Меню на 22.10.2023г c 7-11 л.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак** |  |  |
| **1** | **Каша жидкая молочная гречневая**  | **200,0** | **197,2** |
| **2** | **Сыр твердых сортов в нарезке** | **10,0** | **36,33** |
| **3** | **Огурец в нарезке**  | **100,0** | **15,17** |
| **4** | **Кофейный напиток с молоком** | **200,0** | **79,0** |
| **5** | **Яблоко свежее** | **100,0** | **40,3** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **50,0** | **112,0** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
|  |  **Обед**  |  |  |
| **1** | **Суп крестьянский с рисом** | **200,0** | **98,92** |
| **2** | **Бефстроганов из отварной говядины** | **90,0** | **169,56** |
| **3** | **Каша перловая рассыпчатая** | **150,0** | **213,5** |
| **4** | **Винегрет с растительным маслом** | **60,0** | **68,9** |
| **5** | **Компот из смеси сухофруктов** | **200,0** | **93,2** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **60,0** | **134,4** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок персиковый** | **200** | **136,8** |
| **2** | **Банан**  | **100,0** | **93,23** |
| **3** | **Вафли**  | **20,0** | **108,4** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Кнели рыбные припущенные в молоке** | **90,0** | **80,1** |
| **2** | **Картофельное пюре** | **160,0** | **147,2** |
| **3** | **Какао с молоком** | **190,0** | **136,8** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **2 ужин** |  |  |
| **1** |  **Йогурт 2/5%** | **200,0** | **116,2** |