

**МЕНЮ НА 27.11.24 г.  
(7-11 лет)**

Гокмаков И.А.



№ редел туры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,82	2,03	37,69	258	15,32
260	ГУЛЯШ	90	9,58	25,37	62,6	278	40,01
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			18,16	73	7,77
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,28	6,73	36	1,53
	<b>II ЗАВТРАК</b>						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
	<b>Обед</b>						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	8,51
101	Суп картофельный с крупой	200	1,85	2,05	15,29	87	7,32
128	Картофельное пюре	150	2,95	3,99	19,6	126	19,92
294	Котлета из курицы	90	9,38	11,09	11,27	182	39,14
345	Компот из черной смородины и смеси фруктов	200	0,52	0,18	28,86	123	13,15
ПР	Хлеб пшеничный	49,1	3,92	0,71	16,47	86	3,75
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61





Токмаков И.А.

**МЕНЮ НА 27.11.24 г.  
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	<b>Завтрак</b>						
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	9,54	10,03	45,24	309	23,69
260	ГУЛЯШ	100	10,64	28,19	2,89	309	89,33
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			18,16	73	7,77
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,6	0,98	23,57	126	5,35
	<b>Обед</b>						
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,46	4,48	8,57	80	8,51
101	Суп картофельный с крупой	250	2,54	2,57	18,66	108	9,72
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	23,94
294	Котлета из курицы	100	15,35	20,48	14,51	304	59,68
331	Соус	30	2,46	1,53	4,38	41	4,42
345	Компот из черной смородины и смеси фруктовой	200	0,52	0,18	28,86	123	13,15
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,58
ПР	Хлеб ржаной	40	3,4	1,32	17	104	2,61