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

**Меню на 26.01.2023г с 7-11 лет.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак**  |  |  |
| **1** | **Суп молочный с макаронными изделиями** | **200,0** | **144,4** |
| **2** | **Сливочное масло (порциями)** | **10,0** | **74,9** |
| **3** | **Яйцо вареное** | **40,0** | **56,6** |
| **4** | **Огурец свежий в нарезке** | **100,0** | **83,08** |
| **5** | **Чай черный с молоком и сахаром** | **200,0** | **52,9** |
| **6** | **Яблоко**  | **100,0** | **34,5** |
| **7** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **8** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
| **10:00** | **Молоко** | **200,0** | **118,4** |
|  | **Обед** |  |  |
| **1** | **Суп с рыбными консервами** | **200,0** | **124,12** |
| **2** | **Тефтели из говядины паровые** | **90,0** | **159,2** |
| **3** | **Каша пшенная рассыпчатая** | **150,0** | **236,8** |
| **3** | **Огурец в нарезке** | **70,0** | **13,42** |
| **4** | **Компот из яблок** | **180,0** | **38,25** |
| **5** | **Хлеб пшеничный** | **90,0** | **201,6** |
| **6** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок сливовый** | **200,0** | **131,2** |
| **2** | **Сырники**  | **100,0** | **229,2** |
|  |  **Ужин** |  |  |
| **1** | **Голубцы с мясом и рисом, с соусом сметанным натуральным** | **146/77** | **240,0** |
| **2** | **Яблоко**  | **100,0** | **34,5** |
| **3** | **Какао с молоком** | **180,0** | **129,6** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **20,0** | **44,8** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **2 ужин** |  |  |
|  **1** | **Йогурт 2/5%** | **200,0**  | **116,2** |