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

**Меню на 28.01.2023г с12-18лет.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
| **1** | **Каша «дружба» молочная** | **200,0** |  **179,9** |
| **2** | **Сливочное масло (порциями)** | **10,0** | **74,9** |
| **3** | **Яйцо вареное** | **40,0** | **56,6** |
| **4** | **Фасоль консервированная** | **100,0** | **84,0** |
| **5** | **Чай черный без сахара** | **200,0** | **1,0** |
| **6** | **Банан**  | **100,0** | **93,23** |
| **7** | **Хлеб пшеничный** | **50,0** | **112,0** |
| **8** | **Хлеб ржаной** | **50,0** | **99,0** |
|  |  **Обед** |  |  |
| **1** | **Суп крестьянский с рисом**  | **250,0** | **123,65** |
| **2** | **Каша пшенная рассыпчатая** | **180,0** |  **284,22** |
| **3** | **Бефстроганов из отварной говядины** | **120,0** | **226,08** |
| **4** | **Зеленый горошек** | **100,0** | **35,0** |
| **5** | **Компот из яблок** | **180,0** |  **38,25** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **120,0** | **263,6** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Йогурт , вафли** | **230/30** | **133,63/162,6** |
| **2** | **банан** | **100,0** | **93,23** |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Голубцы овощные, молочный соус** | **125/75** |  **157,0** |
| **2** | **Огурец в нарезке** | **100** | **15,17** |
| **3** | **Какао с молоком** | **200,0** | **144,0** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **50,0** | **112,0** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **50,0** | **99,0** |
|  |  **2 ужин** |  |  |
|  **1** | **Сок персиковый** | **200,0** |  **136,8** |

 **Медсестра \_\_\_\_\_\_\_\_ Горшкова Е.Ю.**