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

**Меню на 31.01.2023г с 7-11 лет.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/№** |  **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Энергетическая ценность** |
|  | **Завтрак**  |  |  |
| **1** | **Каша вязкая молочная овсяная** | **200,0** |  **294,2** |
| **2** | **Помидор в нарезке** | **100,0** | **19,17** |
| **3** | **Сыр твердых сортов в нарезке** | **10,0** | **36,33** |
| **4** | **Яблоко свежее** | **100,0** | **40,3** |
| **5** | **Чай с лимоном** | **200,0** | **27,6** |
| **6** | **Хлеб пшеничный** | **50,0** | **112,0** |
| **7** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
| **10.00** | **Молоко** **Обед** | **200,0** | **118,4** |
| **1** | **Рассольник ленинградский** | **200,0** | **113,3** |
| **2** | **Голубцы ленивые, картофельное пюре** | **100/150** |  **125/138** |
| **3** | **Салат из моркови** | **100,0** | **132,0** |
| **4** | **Компот с черносливом** | **200,0** | **108,1** |
| **5** | **Хлеб пшеничный** | **40,0** | **89,6** |
| **6** | **Хлеб ржаной** | **40,0** | **79,2** |
|  | **Полдник** |  |  |
| **1** | **Сок виноградный** | **200,0** | **136,4** |
| **2** | **Пудинг из творога с яблоками** | **100,0** | **182,07** |
| **3** | **Яблоко свежее** | **100,0** | **40,3** |
|  |  |  |  |
|  | **Ужин** |  |  |
| **1** | **Огурец в нарезке**  | **60,0** |  **9,1** |
| **2** | **Жаркое по-домашнему** | **200,0** | **306,3** |
| **3** |  **Чай с сахаром**  | **200** | **26,4** |
| **4** | **Хлеб пшеничный** | **30,0** | **67,2** |
| **5** | **Хлеб ржаной** | **20,0** | **39,6** |
|  |  **2 Ужин** |  |  |
|  **1** | **Снежок 2.5%** | **200** |  **101,8** |

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