**Меню 7**

**20 сентября 2022 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование блюда,напитков** | **Выход,г**  **7-11 лет** | **Выход, г**  **12-16 лет** | **Содержание основных питательных веществ** | | | | | | | |
| **7 – 11 лет** | | | | **12 – 18 лет** | | | |
| **белки** | **жиры** | **углево**  **ды** | **энерг.**  **ценнос**  **ть,ккал** | **белки** | **жиры** | **углево**  **ды** | **энерг.**  **ценнос**  **ть,ккал** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** |
|  | ***7 день*** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 297 | Каша ассорти «Дружба» | 150 | 200 | 4,65 | 6,45 | 36,8 | 213,50 | 6,20 | 8,60 | 42,7 | 284,30 |
| 132 | Чай с лимоном | 200 | 200 | 0,8 | 0 | 23 | 47 | 0,8 | 0 | 23 | 47 |
| 8 | Хлеб пшеничный | 40 | 40 | 2,4 | 0,8 | 16,7 | 85,7 | 2,4 | 0,8 | 16,7 | 85,7 |
| 540 | Хлебо-булочное изделие | 60 | 60 | 3,71 | 1,93 | 33,19 | 165 | 3,71 | 1,93 | 33,19 | 165 |
| 368 | Фрукт | 100 | 100 | 0,4 | 0,4 | 10,3 | 44 | 0,4 | 0,4 | 10,3 | 44 |
|  | **Стоимость обеда: 56,6 р.** |  |  | **11,96** | **9,58** | **119,99** | **555,2** | **13,51** | **11,73** | **125,89** | **626** |

Зам. директора\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Дудорова О. Ю.

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Уколчева В. И.