**Утверждаю Заведующая филиалом**

**«Раздольненская школа»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Скурихина О.Н.) МЕНЮ**

**30 января 2023 год**

**ЗАВТРАК**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование блюда** | **Выход гр.** | | **Белки,гр** | | **Жиры** | | **Углеводы,г** | | | **Калории** | | **Цена** | | | | |
| **7-11** | **12-18** | **7-11** | **12-18** | **7-11** | **12-18** | **7-11** | **12-18** | | **7-11** | **12-18** | **7-11** | **12-18** | | **12-18** | |
| **капуста тушеная с мясом** | **200** | **250** | **17** | **21** | **19** | **24** | **23** | **27** | | **349** | **434** | **37,73** | **40,24** |  | |
|  | **чай с сахаром и лимоном** | **200** | **200** | **0** | **0** | **0** | **0** | **7** | **7** | | **28** | **28** | **3,49** | **3,49** |  | |
| **хлеб** | **30** | **30** | **2** | **2** | **0** | **0** | **12** | **12** | | **58** | **58** | **1,35** | **1,35** |  | |
| **апельсины** | **120** | **169** | **1** | **1** | **0** | **0** | **25** | **31** | | **41** | **57** | **15,95** | **22,97** |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | **58,52 ₽** | **68,05 ₽** |  | |
| **ОБЕД** | |  | |  |  | |  | |
| **суп картофельный с горохом** | **200** | **250** | **7** | **8** | **5** | **6** | **16** | **20** | | **133** | **166** | **15,74** | **19,67** | |  | | |  |  |
| **каша пшенная рассыпчатая** | **150** | **150** | **6** | **6** | **7** | **7** | **36** | **36** | | **232** | **232** | **7,45** | **7,45** | | **4** | | |  |  |
| **гуляш из филе говядины** | **80** | **120** | **14** | **20** | **14** | **20** | **3** | **5** | | **189** | **284** | **36,20** | **46,54** | |  | | |  |
| **сыр порционный** | **30** | **30** | **7** | **7** | **9** | **9** | **0** | **0** | | **108** | **108** | **18,24** | **18,24** | |  | | |  |
| **хлеб** | **60** | **60** | **4** | **4** | **0** | **0** | **24** | **24** | | **116** | **116** | **2,70** | **2,70** | |  | | |  |
| **компот из сухофруктов** | **200** | **200** | **1** | **1** | **0** | **0** | **20** | **20** | | **81** | **81** | **7,46** | **7,46** | |  | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | **87,79 ₽** | **102,06 ₽** | |  | | |  |  |

**ПОВАР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЗА ПИТАНИЕ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**