**Утверждаю Заведующая филиалом**

**«Раздольненская школа»**

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

**31 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** | |
| каша гречневая | 150 | 200 | 8 | 11 | 6 | 9 | 37 | 48 | | 239 | 319 | 12,05 | 18,66 |  | |
|  | Курица тушеная с морковью | 100 | 110 | 9 | 9 | 5 | 5 | 4 | 4 | | 132 | 132 | 35,00 | 35,71 |  | |
|  | салат с капустой, морковью, яблоком | 80 | 100 | 1 | 1 | 8 | 1 | 5 | 6 | | 97 | 121 | 8,84 | 11,05 |  | |
|  | чай с сахаром | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 | 7 | | 27 | 27 | 1,28 | 1,28 |  | |
| хлеб | 30 | 30 | 2 | 2 | 0 | 0 | 12 | 12 | | 58 | 58 | 1,35 | 1,35 |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | **58,52 ₽** | **68,05 ₽** |  | |
| **ОБЕД** | |  | |  |  | |  | |
| щи со сметаной | 200 | 250 | 2 | 2 | 5 | 7 | 6 | 7 | | 78 | 97 | 17,80 | 22,25 | |  | | |  |  |
| картофель отварной на молоке | 150 | 200 | 5 | 6 | 6 | 8 | 27 | 35 | | 176 | 235 | 11,32 | 15,01 | | **4** | | |  |  |
| Голубцы с рисом и мясом | 207 | 236 | 16 | 17 | 17 | 19 | 12 | 14 | | 263 | 312 | 44,66 | 50,79 | |  | | |  |
| Компот из кураги | 200 | 200 | 1 | 1 | 0 | 0 | 16 | 16 | | 67 | 67 | 11,31 | 11,31 | |  | | |  |
| хлеб | 60 | 60 | 4 | 4 | 0 | 0 | 24 | 24 | | 116 | 116 | 2,70 | 2,70 | |  | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | **87,79 ₽** | **102,06 ₽** | |  | | |  |  |

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