**МЕНЮ на 3 день 2023 г.**

**Утверждаю:**

**Директор МАОУ Гимназии № 6**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С А Семенов**

**Завтрак для детей с 6 до 10 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Плов с мясом кур (мясо кур, морковь, лук, рис, соль) | 160г | 322 | 31,25 | 4,06 | 35,31 |
| Чай с сахаром (чай, сахар, вода) | 200г | 60 | 2,48 | 0,32 | 2,80 |
| Сок «Сады Придонья» | 200г | 58 | 22,70 | 2,95 | 25,65 |
| Хлеб пшеничный | 38г | 115 | 2,09 | 0,29 | 2,37 |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого:** |  | 555 | 58,52 | 7,31 | 66,13 |

**Завтрак для детей с 11 до 18 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Плов с мясом кур (мясо кур, морковь, лук, рис, соль,) | 200г | 394 | 40,86 | 5,31 | 46,18 |
| Чай с сахаром (чай, сахар, вода) | 200г | 60 | 2,48 | 0,32 | 2,80 |
| Сок «Сады Придонья | 200г | 58 | 22,70 | 2,95 | 25,64 |
| Хлеб пшеничный | 37г | 103 | 2,01 | 0,26 | 2,28 |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого:** |  | 615 | 68,05 | 8,85 | 76,90 |

Шеф –повар И. В. Калугина

**МЕНЮ на 3 день 2023 г.**

**Утверждаю:**

**Директор МАОУ Гимназии № 6**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С А Семенов**

**ГПД (Обед)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Борщ со сметаной (картофель, морковь, лук, капуста. свекла, соль, масло растительное, сметана) | 250г | 192 | 5,59 | 1,12 | 6,71 |
| Картофельное пюре (картофель, соль, масло сливочное) | 150г | 189 | 7,55 | 1,51 | 9,06 |
| Рыба (горбуша) тушеная в томате с овощами(горбуша, лук, морковь, томат, мука, масло растительное, соль) | 70г | 54 | 27,57 | 5,99 | 33,08 |
| Хлеб | 50г | 75 | 2,75 | 0,55 | 3,30 |
| Компот из сухофруктов( сахар, сухофрукты, вода) | 200г | 62 | 4,11 | 0,82 | 4,93 |
| **Итого:** |  | 572 | 47,57 | 9,51 | 57,08 |

**ОВЗ (обед) 6-10 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Борщ со сметаной (картофель, морковь, лук, капуста, свекла, соль, масло растительное) | 250г | 192 | 5,59 | 0,73 | 6,32 |
| Картофельное пюре (картофель, соль, масло сливочное) | 150г | 227 | 7,55 | 0,98 | 8,53 |
| Рыба (горбуша) тушеная в томате с овощами (горбуша, лук, морковь томат, соль, масло растительное, мука) | 90г | 135 | 36,26 | 4,71 | 40,97 |
| Помидор свежий | 60г | 11 | 9,15 | 1,19 |  10,34 |
| Компот из сухофруктов (сухофрукты, сахар) | 200г | 124 | 4,11 | 0,53 | 4,64 |
| Хлеб пшеничный | 44г | 121 | 2,43 | 0,31 | 2,75 |
| Сок «Сады Придонья» | 200г | 58 | 22,70 | 2,95 | 25,65 |
| **Итого:** |  | 868 | 87,79 | 11,41 | 99,20 |

**ОВЗ (обед) с 11 до18 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Борщ со сметаной (картофель, морковь, лук, капуста, свекла, соль, масло растительное) | 250г | 192 | 5,59 | 0,73 | 6,32 |
| Картофельное пюре (картофель, масло сливочное, соль) | 180г | 252 | 8,96 | 1,16 | 10,12 |
| Рыба (горбуша)тушеная в томате с овощами (горбуша, лук, морковь, томат, соль, масло растительное, мука) | 100г | 162 | 45,48 | 5,91 | 51,39 |
| Помидор свежий | 75г | 18 | 12,48 | 1,62 | 14,10 |
| Компот из сухофруктов(сухофрукты, сахар) | 200г | 124 | 4,11 | 0,53 | 4,64 |
| Хлеб пшеничный | 50г | 119 | 2,74 | 0,36 | 3,11 |
| Сок «Сады Придонья» | 200г | 58 | 22,70 | 2,96 | 25,65 |
| **Итого:** |  | 925 | 102,06 | 13,27 | 115,33 |

Шеф – повар И. В. Калугина

**МЕНЮ на 3 день 2023 г.**

**Утверждаю:**

**Директор МАОУ Гимназии № 6**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С А Семенов**

**Полдник для детей с 6 до 10 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость продуктов** | **Расходы** | **Стоимость блюда** |
| Пирожное «Смайлик» | 80г | 290,6 | 42,00 | 5,46 | 47,46 |
| Чай с сахаром  | 200г | 59 | 1,90 | 0,25 | 2,15 |
| **Итого:** |  | 384,3 | 43,90 | 5,71 | 49,61 |

Шеф – повар И. В. Калугина

**МЕНЮ на 3 день 2023 г.**

**Утверждаю:**

**Директор МАОУ Гимназии № 6**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С А Семенов**

**Завтрак для детей с 11 до 18 лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость блюда** |
| Плов с мясом кур (мясо кур, лук, морковь, соль, масло растительное, масло сливочное) | 240г | 394 | 65,38 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200г | 60 | 3,97 |
| Сыр | 10г | 35 |  11,02 |
| Хлеб пшеничный | 52г | 110 | 4,63 |
| **Итого:** |  | 599 | 85,00 |

**Обед**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Выход, г.** | **Эн/ц (ккал.)** | **Стоимость блюда** |
| Борщ со сметаной ( картофель, лук, морковь, капуста, свекла, соль масло сливочное) | 250г | 192 | 8,94 |
| Картофельное пюре (картофель соль, масло сливочное) | 150г | 252 | 14,34 |
| Рыба (горбуша)тушеная в томате с овощами (горбуша, хлеб морковь, томат, лук, соль, масло растительное) | 100г | 108 | 64,97 |
| Помидор свежий | 60г | 9 | 16,80 |
| Компот из сухофруктов(сухофрукты, сахар) | 200г | 124 | 6,58 |
| Хлеб пшеничный | 50г | 115 | 4,37 |
| **Итого:** |  | 800 | 116,00 |

Шеф – повар И. В. Калугина