**МЕНЮ**

**30 ноября 2021г.**

**7-11 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  блюда | выход блюд | белки | жиры | углеводы | ккал | Номер технол. карты |
| Салат из капусты | 80 | 2 | 4 | 8 | 73 | 6 |
| Щи из свежей капусты | 200 | 121,71 | 2 | 14 | 83 | 142 |
| Рис отварной | 150 | 104,48 | 5 | 37 | 210 | 315 |
| Рыба припущенная | 40 | 12 | 6 | 0 | 104 | 77 |
| Компот | 200 | 0,5 | 0 | 20 | 115 | 393 |
| Хлеб чер. | 40 | 1 | 0 | 7 | 78 | 212 |
| Хлеб белый | 30 | 2 | 0 | 18 | 104 | 212 |
| Киви | 300 | 1 | 1 | 15 | 70 |  |
| Сыр | 10 | 1 | 1 | 0 | 46 |  |

стоимость обеда -139,41 руб.

Зам.дир \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.И.Перышкина

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Чекашова