

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание" Директор Е.С. Подгорнова



МЕНЮ на 14.09.2021

| № рецептуры | Прием пищи/ наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Цена, руб. | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Цена, руб. |
|----------------|---|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|------------|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| 111/07 | Овощи свежие | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,08 | 14,40 | 10,30 | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 24,00 | 17,20 |
| 187/254 | Тефтели с соусом сметанным | 90 | 7,58 | 7,84 | 7,95 | 125,36 | 36,36 | 110 | 10,1 | 10,45 | 10,6 | 167,1 | 47,00 |
| 201/07 | Рис припущенный | 150 | 3,60 | 10,54 | 39,30 | 265,00 | 11,34 | 180 | 4,32 | 12,65 | 47,16 | 318,00 | 12,89 |
| 177/07 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 5,03 | 200/7 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 | 5,03 |
| 100/07 | Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 2,80 | 0,43 | 15,63 | 79,00 | 2,00 | 40 | 2,80 | 0,43 | 15,63 | 79,00 | 2,00 |
| Итого завтрак: | | | 14,71 | 18,95 | 79,96 | 543,76 | | | 18,39 | 23,75 | 92,19 | 648,10 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 111/251 | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 200 | 4,05 | 4,89 | 10,08 | 138,00 | 12,55 | 250 | 5,08 | 4,68 | 23,85 | 173,00 | 15,79 |
| 100/07 | Печень по-строгановски | 100 | 14,10 | 16,46 | 2,60 | 215,00 | 57,69 | 100 | 14,10 | 16,40 | 2,60 | 215,00 | 57,69 |
| 102/07 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,85 | 6,30 | 40,70 | 250,00 | 14,88 | 180 | 9,42 | 7,54 | 48,87 | 300,00 | 17,08 |
| 102/04 | Напиток вишневый | 200 | 0,10 | 0,02 | 17,26 | 104,00 | 7,68 | 200 | 0,10 | 0,02 | 17,26 | 104,00 | 6,40 |
| 100/07 | Хлеб пшеничный йодированный ржаной | 50 | 3,16 | 0,40 | 19,38 | 93,00 | 2,50 | 40/50 | 6,30 | 1,27 | 35,17 | 177,00 | 4,50 |
| Итого обед: | | | 29,26 | 28,07 | 90,02 | 800,00 | | | 35,00 | 29,91 | 127,75 | 969,00 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | |
| 180/07 | Каша молочная из пшеничной крупы с маслом | 200/5 | 7,30 | 8,56 | 38,60 | 267,00 | 15,76 | 250/5 | 8,20 | 10,70 | 48,25 | 333,00 | 18,42 |
| 100/07 | Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,16 | 0,40 | 19,38 | 93,00 | 2,50 | 50 | 3,16 | 0,40 | | 93,00 | 2,50 |
| 100/07 | Молоко (м.ж.д 2,5 %) | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 20,00 | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 20,00 |
| Итого полдник: | | | 16,26 | 13,96 | 67,58 | 467,00 | | | 17,16 | 16,10 | 57,85 | 533,00 | |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ | | | 60,23 | 60,98 | 237,56 | 1810,76 | | | 70,55 | 69,76 | 277,79 | 2150,10 | |

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

Горячее питание для обучающихся начальной школы на 14.09.2021 из расчета 60.91 руб.

| № рецептуры | Прием пищи/ наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 111/07 | Овощи свежие | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,08 | 14,40 |
| 187/254 | Тефтели с соусом сметанным | 90 | 7,58 | 7,84 | 7,95 | 125,36 |
| 201/07 | Рис припущенный | 150 | 3,60 | 10,54 | 39,30 | 265,00 |
| 177/07 | Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| 100/07 | Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 2,80 | 0,43 | 15,63 | 79,00 |
| Итого: | | | 14,71 | 18,95 | 79,96 | 543,76 |