

СОГЛАСОВАНО:

Директор: \_\_\_\_\_

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



# МЕНЮ на 07.10.2021.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

№ рецепта/длина	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		
<b>ЗАВТРАК</b>													
110	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,08	14,40	12,00	100	1,0	0,20	3,80	24,00	20,00
286/10	Тефтели куриные с соусом сметанным	80/70	11,73	12,91	14,90	223,00	50,30	80/70	11,73	12,91	14,90	223,00	50,30
302/07	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	6,30	40,70	250,00	15,42	180	9,42	7,54	48,87	300,00	17,25
606/	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	2,00	40	2,40	0,43	15,63	79,00	2,00
702/04	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	104,00	7,00	200	0,0	0,02	17,26	104,00	7,00
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>23,19</b>	<b>19,78</b>	<b>90,57</b>	<b>670,40</b>			<b>25,20</b>	<b>21,10</b>	<b>100,46</b>	<b>730,00</b>	
<b>ОБЕД</b>													
82/07	Борщ с капустой свежей и картофелем и сметаной	200/5	1,98	4,40	9,40	86,00	13,08	150/5	2,59	5,35	15,58	122,00	15,96
259/07	Жаркое из птицы (филе)	200	19,15	15,65	25,62	320,00	64,56	250	23,94	19,56	32,03	400,00	78,42
111/04/3	Кисель витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	12,00	200	0,00	0,00	24,00	95,00	12,00
606/	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	50/50	6,75	1,05	48,85	233,00	5,00	80/50	6,75	1,05	48,85	233,00	5,00
	<b>Итого обед:</b>		<b>27,83</b>	<b>21,10</b>	<b>107,87</b>	<b>734,00</b>			<b>33,28</b>	<b>25,96</b>	<b>120,46</b>	<b>850,00</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>													
120/07	Суп молочный с вермишелью	250/5	1,80	4,90	14,25	111,25	20,79	150/5	1,40	4,90	14,25	111,25	20,79
606/	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	2,00	40	2,40	0,43	15,63	79,00	2,00
42/07	Сыр	15	3,94	4,43	0,00	54,00	12,60	30	5,25	5,32	0,00	69,00	16,80
374/07	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	2,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	2,00
	<b>Итого полдник:</b>		<b>8,61</b>	<b>9,78</b>	<b>44,88</b>	<b>304,25</b>			<b>9,12</b>	<b>10,67</b>	<b>44,88</b>	<b>319,25</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>59,63</b>	<b>50,66</b>	<b>243,32</b>	<b>1708,65</b>			<b>68,40</b>	<b>57,73</b>	<b>265,80</b>	<b>1899,25</b>	

Зав. производством