

СОГЛАСОВАНО:

Директор: \_\_\_\_\_

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

# МЕНЮ на 15.10.2021

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

№ 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		
	<b>ЗАВТРАК</b>												
71/07	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,08	14,40	12,00	100	1,10	0,20	3,80	24,00	20,00
210/07	Омлет натуральный	150	14,50	18,06	15,32	282,00	45,91	200	19,67	24,51	20,79	383,00	60,64
гтк№143	Кисель Витаминизированный	200	0,00	0,00	24,00	95,00	12,00	200	0,00	0,00	24,00	95,00	12,00
42/07	Сыр порциями	15	3,94	4,43	0,00	54,00	12,60	20	5,25	5,32	0,00	69,00	16,80
гост	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	40/50	6,30	1,27	35,17	177,00	4,50	40/50	6,30	1,27	35,17	177,00	4,50
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>25,40</b>	<b>23,88</b>	<b>76,57</b>	<b>622,40</b>			<b>32,32</b>	<b>31,30</b>	<b>83,76</b>	<b>748,00</b>	
	<b>ОБЕД</b>												
88/07	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,07	4,73	6,68	79,00	14,08	250/5	2,17	5,95	8,18	96,00	17,28
88/08	Шницель из мяса	90	9,40	11,20	10,20	180,00	53,84	100	10,48	12,53	11,44	200,38	57,06
88/09	Макаронные изделия отварные	150	5,10	11,64	28,50	240,00	7,91	180	7,12	13,10	34,20	283,00	8,73
88/10	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
88/11	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	30/40	5,40	0,74	39,08	185,00	3,50	50/50	6,75	1,05	48,85	233,00	4,50
	<b>Итого обед:</b>		<b>22,04</b>	<b>28,33</b>	<b>99,46</b>	<b>744,00</b>			<b>26,59</b>	<b>32,65</b>	<b>117,67</b>	<b>872,38</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>												
182/07	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	200/5	5,84	7,76	28,67	208,00	21,58	250/5	7,30	9,70	35,83	260,00	25,90
гост	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
гост	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
	<b>Итого полдник:</b>		<b>14,44</b>	<b>13,19</b>	<b>53,90</b>	<b>394,00</b>			<b>15,90</b>	<b>15,13</b>	<b>61,06</b>	<b>446,00</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>61,88</b>	<b>65,40</b>	<b>229,93</b>	<b>1760,40</b>			<b>74,81</b>	<b>79,08</b>	<b>262,49</b>	<b>2066,38</b>	