

СОГЛАСОВАНО:

Директор: _____

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

МЕНЮ на 22.10.2021

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		
	ЗАВТРАК												
204/07	Макаронные изделия, припущенные с сыром	155	9,83	10,30	63,76	313,00	30,26	205	13,11	13,60	85,01	417,00	40,08
699/04	Напиток лимонный	200	0,12	0,02	22,66	92,78	14,00	200	0,12	0,02	22,66	92,78	14,00
200/13	Фрукты	180	0,95	0,00	23,50	79,20	36,00	180	0,95	0,00	23,50	79,20	36,00
100г	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,16	0,40	19,38	93,00	2,50	50	3,16	0,40	19,38	93,00	2,50
	Итого завтрак:		14,06	10,72	129,30	577,98	82,76		17,34	14,02	150,55	681,98	
	ОБЕД												
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	17,20
268/07	Биточки из мяса	90	9,40	11,20	10,20	180,00	53,84	100	10,48	12,53	11,44	200,38	57,06
312/07	Пюре картофельное	150	3,10	9,35	19,13	173,00	22,57	180	3,90	14,50	22,96	239,00	27,37
376/07	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
100г	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	40/50	6,30	1,27	35,17	177,00	4,50	50/50	6,75	1,05	48,85	233,00	5,00
	Итого обед:		20,94	26,57	86,18	669,00			23,37	34,05	106,43	828,38	
	ПОЛДНИК												
182/07	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	200/5	7,24	9,24	38,00	263,00	16,36	250/5	9,06	11,55	47,50	328,00	19,52
100г	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
100г	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,00	100,00	23,10	200	5,80	5,00	8,00	100,00	22,00
	Итого полдник:		15,84	14,67	61,63	442,00			17,66	16,98	71,13	507,00	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		50,84	51,96	277,11	1688,98			58,37	65,05	328,11	2017,36	

зав производством