



Смирнов



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

МЕНЮ

1106-1

на обеспечение питания из расчета стоимости 162,33 руб на человека
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Прием пищи/ наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК											
182/07	Каша молочная ячневая с м/сл	200/10	7,40	10,98	39,20	286,00	250/10	7,40	10,98	39,20	286,00
41/10	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	75,00	15	0,00	12,30	0,15	112,50
ГОСТ	Фрукты (груши)	100	0,40	0,00	10,30	47,00	100	0,40	0,00	10,30	47,00
ГОСТ	Джем	35	0,03	0,00	2,10	84,00	35	0,03	0,00	2,10	84,00
377/07	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,07	0,02	15,00	60,00	200/7	0,07	0,02	15,00	60,00
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
	Итого завтрак:		10,70	19,63	82,33	631,00		15,83	29,72	72,80	619,50
ОБЕД											
71/07	Овощи свежие (помидоры)	60	0,36	0,00	3,48	17,00	100	0,60	0,00	5,80	28,00
102/07	Суп картофельный с бобовыми (горох) , курицей	200/6	4,05	4,89	10,08	138,00	250/6	5,08	4,68	23,85	173,00
266/07	Печень по-строгановски	100	14,10	16,46	2,60	215,00	125	17,67	20,58	3,25	269,00
302/07	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	6,30	40,70	250,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00
345/07	Компот из свежих ягод	200	0,00	0,00	24,40	104,00	200	1,00	0,00	24,40	102,00
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,20	0,56	23,44	116,00	50	3,95	0,50	24,15	116,90
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	50	2,80	0,55	24,70	114,95	50	2,80	0,55	24,70	114,95
	Итого обед:		33,36	28,76	129,40	954,95		40,05	37,11	159,37	1133,00
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		44,06	48,39	211,73	1585,95		55,88	66,83	232,17	1752,50

зав. производством *dv*