

СОГЛАСОВАНО: Директор: Сгу



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

МЕНЮ на 10/03 2021

3

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

РЕЦЕПТУРЫ №	прием пищи/наименование блюда	выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы				Жиры	Углеводы	
	Первый прием пищи										
95/07	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00
82/07	Борщ с капустой свежей и картофелем и сметаной	200	1,98	4,40	9,40	86,00	250	2,59	5,35	15,58	122,00
ГТК 46,330/07	Котлета "Дружба" (минтай) с соусом красным	110	16,20	16,85	13,78	284,40	110	16,20	16,85	13,78	284,40
312/07	Картофельное пюре	150	3,10	9,35	19,13	173,00	180	3,90	14,50	22,96	239,00
ГТК 5	Напиток из цитрусовых	200	0,12	0,02	22,66	92,78	200	0,12	0,02	22,66	92,78
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	40/50	6,30	1,27	35,17	177,00	50/50	6,75	1,05	48,85	233,00
	Итого :		28,36	32,01	102,22	827,58		31,93	44,57	139,23	1103,18
	Второй прием пищи										
365/04	Суфле творожное с молоком сгущенным	150	20,00	14,57	20,03	296,00	200	26,70	19,43	26,70	394,00
376/07	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	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:		22,87	15,02	50,66	435,00		19,67	15,30	88,22	569,00

зав производством

Сгу