


СОГЛАСОВАНО: Директор: 

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



МЕНЮ на 12/3 2021

5

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			Белки	Жиры	Углеводы	
	Первый прием пищи										
71/15	Горошек зеленый консервированный	60	1,32	0,24	4,56	26,00	100	2,20	0,40	7,60	32,50
88/07	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	2,07	4,73	6,68	79,00	250	2,17	5,95	8,18	96,00
294/07 331/07	Зразы рубленые с соусом	120	10,10	18,12	13,59	258,00	120	10,10	18,12	13,59	258,00
309/07	Макаронные изделия отварные	150	5,10	11,64	28,50	240,00	180	7,12	13,10	34,20	283,00
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 ржаной	30/40	5,40	0,74	39,08	185,00	50/50	6,75	1,05	48,85	233,00
	Итого :		24,06	35,49	107,41	848,00		28,41	38,64	127,42	962,50
	Второй прием пищи										
182/07	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	200	7,30	11,62	31,20	254,00	250	8,28	10,81	47,00	316,25
42/07	Сыр порциями	15	3,94	4,43	0,00	54,00	20	5,25	5,32	0,00	69,00
379/07	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,00	200	3,60	2,67	29,20	155,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	40	2,80	0,43	15,63	79,00
	Итого:		17,21	19,02	74,89	533,14		19,93	19,23	91,83	619,25

зав производством

