

СОГЛАСОВАНО: Директор:

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

МЕНЮ на

16/3

2021



7

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

РЕЦЕПТУ РЫ №	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											
95/07	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00
206/07	Рассольник	200	2,26	2,24	11,66	80,00	250	2,89	2,78	11,66	95,00
290/07 331/07	Птица тушеная в соусе	100	11,78	10,12	2,93	150,00	120	14,13	12,14	3,55	180,00
302/07	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,52	10,39	40,73	287,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00
349/07	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,80	88,00	200	0,08	0,00	21,80	88,00
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 :		28,60	24,14	114,37	796,40		35,37	30,31	154,53	1044,00
Второй прием пищи											
182/07	Каша молочная манная с м/сл	200	6,10	11,60	33,50	260,00	250	7,60	14,50	41,87	325,00
41/07	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	75,00	15	0,00	12,30	0,15	112,50
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:		8,97	20,25	64,23	474,00		11,29	22,04	77,30	553,50

зав производством