

СОГЛАСОВАНО:

Директор: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание"

Директор Е.С. Подгорнова \_\_\_\_\_

МЕНЮ на 03.02 2021

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
182/07	Каша молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	200	7,40	10,98	39,20	286,00	200	7,40	10,98	39,20	286,00
42/07	Сыр порциями	15	3,94	3,99	0,00	53,00	20	5,25	5,32	0,00	69,00
379/07	Какао с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,00	200	3,60	2,67	29,20	155,00
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	40	3,95	0,50	24,15	118,00
	<b>Итого завтрак:</b>		17,31	17,94	82,89	564,14		20,20	19,47	249,16	628,00
	<b>ОБЕД</b>										
75/07	Огурец свежий	60	1,40	4,10	13,70	100,00	100	2,37	6,80	15,40	132,00
102/07	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,13	4,26	15,40	125,00	250	5,06	7,28	15,75	138,75
772/04 331/07	Котлета Дружба из горбуши 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	100	2,08	7,60	13,60	130,00	130	3,10	9,35	19,13	173,00
321/07	Капуста свежая тушеная	50	1,04	1,33	6,70	43,00	50	1,04	1,33	6,70	43,00
342/07	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	29,00	116,60	200	0,16	0,00	29,00	116,60
ПР	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	30/40	5,40	0,74	39,08	185,00	30/40	5,40	0,74	39,08	185,00
	<b>Итого обед:</b>		31,41	34,88	133,76	984,00		33,33	42,35	138,84	1072,75
	<b>ПОЛДНИК</b>										
773/04	Булочка с изюмом	100	8,04	6,47	45,56	272,65	100	8,04	6,47	45,56	272,65
ГОСТ	Молоко (м.ж.д 2,5 %)	200	5,80	5,00	9,60	107,00	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого полдник:</b>		13,84	11,47	55,16	379,65		13,84	11,47	55,16	379,65
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		62,56	64,29	271,81	1927,79		67,37	64,27	443,16	2080,40

зав производством