

СОГЛАСОВАНО:

Директор: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное  
питание" Директор Е.С. ПодгорноваМЕНЮ на  
4/2 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 (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
182/07	Каша молочная из пшена с маслом	200	7,40	10,98	39,20	286,00	200	7,40	10,98	39,20	286,00
376/07	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
209/07	Яйцо отварное	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00
гост	Фрукты (банан)	100	0,60	0,00	14,70	66,00	100	0,60	0,00	14,70	66,00
	Итого завтрак:		13,18	15,58	69,18	475,00		13,18	15,58	69,18	475,00
	<b>ОБЕД</b>										
71/15	Кукуруза консервированная	60	1,32	0,24	8,80	40,00	100	2,20	0,40	14,70	66,70
82/07	Борщ с капустой свежей и картофелем и сметаной	200	1,98	4,40	9,40	86,00	250	2,89	2,78	14,58	95,00
305/07	Рис, припущенный	150	3,60	6,38	39,30	236,00	180	4,32	12,65	47,16	318,00
295/07 330/07	Биточки куриные соусом сметанным	110	12,60	11,52	10,88	196,00	110	12,60	11,52	10,88	196,00
348/07	Компот из изюма	200	0,38	0,00	31,14	127,00	200	0,38	0,00	31,14	127,00
ПР	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	30/40	5,40	0,74	39,08	185,00	40/50	6,75	1,05	48,85	233,00
	Итого обед:		25,28	23,28	138,60	870,00		29,14	28,40	167,31	1035,70
	<b>ПОЛДНИК</b>										
182/07	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	7,41	9,84	38,57	273,00	200	7,41	9,84	38,57	273,00
	Молоко (м.ж.д 2,5 %)	200	5,80	5,00	9,60	107,00	200	5,80	5,00	9,60	107,00
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	40	3,95	0,50	24,15	118,00
	Итого полдник:		15,58	15,14	62,66	450,14		17,16	15,34	72,32	498,00
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		54,04	54,00	270,44	1795,14		59,48	59,32	308,81	2008,70

зав производством