

СОГЛАСОВАНО:

Директор: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание"  
Директор Е.С. Подгорнова \_\_\_\_\_МЕНЮ на 10/02 2021

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Возрастная категория с 7 до 11 лет					Возрастная категория с 12 до 18 лет				
		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>										
224/07	Запеканка из творога с м/сг	150	15,62	14,80	49,07	391,00	150	15,62	14,80	49,07	391,00
376/07	Чай с сахаром	200	0,10		15,00	60,00	200	0,10	0,00	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	40	3,95	0,50	24,15	118,00
	Итого завтрак:		18,09	15,10	78,56	521,14		19,67	15,30	88,22	569,00
	<b>ОБЕД</b>										
ТТК№20	Икра кабачковая	60	1,20	4,10	11,90	89,00	100	2,37	6,80	15,40	132,00
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
ТТК 46,312/07	Котлета "Дружба" (минтай) 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
ТТК 5	Напиток из цитрусовых	200	0,12	0,02	22,66	92,78	200	0,12	0,02	22,66	92,78
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:		28,00	35,46	115,95	910,18		31,93	44,57	139,23	1103,18
	<b>ПОЛДНИК</b>										
426/07	Булочка дорожная	100	8,00	14,80	56,10	386,00	100	8,00	14,80	56,10	386,00
ГОСТ	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	200	5,80	5,00	8,00	100,00
	Итого полдник:		13,80	19,80	64,10	486,00		13,80	19,80	64,10	486,00
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>59,89</b>	<b>70,36</b>	<b>258,61</b>	<b>1917,32</b>		<b>65,40</b>	<b>79,67</b>	<b>291,55</b>	<b>2158,18</b>

зав производством