

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание"
директор Е.С. Подгорнова _____МЕНЮ на 5/03 2021

10

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			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
ткк 3	Тефтели с с соусом	100	8,40	12,20	12,50	193,00	110	9,24	12,20	13,75	212,00
309/07	Макаронные изделия отварные	150	5,10	11,64	28,50	240,00	180	7,12	13,10	34,20	283,00
376/07	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00
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 :		23,26	30,10	102,41	775,00		27,55	32,72	127,58	916,50
Второй прием пищи											
182/07	Каша молочная геркулесовая с м/сл	200	7,24	9,24	38,00	263,00	250	9,06	11,55	47,50	328,00
209/07	Яйцо вареное вкрутую	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00	1 шт.	5,08	4,60	0,28	63,00
42/07	Сыр порциями	15	3,94	3,99	0,00	53,00	20	5,25	5,32	0,00	69,00
379/07	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	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
	Итого :		22,66	20,93	83,11	613,00		26,15	24,54	96,36	708,00

зав производством