

СОГЛАСОВАНО: Директор:

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

**МЕНЮ на**
29/3 2021

1

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			Белки	Жиры	Углеводы	
	ЗАВТРАК										
211/07	Омлет натуральный с сыром	155	14,50	18,60	15,32	282,00	205	19,67	24,51	20,79	383,00
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	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
	Итого завтрак:		17,37	19,05	45,95	421,00		22,90	24,93	55,17	536,00
	ОБЕД										
ТТК №2 1	Икра кабачковая	60	0,72	4,2	4,44	61,2	100	1,20	7,00	7,40	102,00
99/07	Суп овощной	200	1,44	3,92	11,40	89,00	250	2,03	5,00	14,25	110,00
295/07 331/07	Котлеты из птицы соусом сметанно томатным	110	13,40	12,92	13,38	222,40	110	13,40	12,92	13,38	222,40
305/07	Рис припущенный	150	3,60	10,54	39,30	265,00	180	4,32	12,65	47,16	318,00
348/07	Компот из сушеных яблок	200	0,38	0,00	31,40	127,00	200	0,38	0,00	31,40	127,00
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	40/50	6,30	1,27	35,17	177,00	50/50	6,32	0,80	38,76	186,00
	Итого обед:		25,84	32,85	135,09	941,60		25,32	30,90	135,30	1065,40
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		43,21	51,90	181,04	1362,60		48,22	55,83	190,47	1601,40

зав производством