

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

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

МЕНЮ на

2021



2

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			
Первый прием пищи													
95/07	Овощи свежие	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00		
102/07	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,05	4,89	10,08	138,00	250	5,08	4,68	23,85	173,00		
266/07	Печень по-строгановски	100	14,10	16,46	2,60	215,00	100	14,10	16,40	2,60	215,00		
302/07	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	6,30	40,70	250,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00		
345/07	Компот из свежих ягод	200	0,00	0,00	24,40	104,00	200	1,00	0,00	24,40	102,00		
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		32,96	29,04	115,03	898,40		37,45	29,87	152,37	1047,00		
Второй прием пищи													
182/07	Каша молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200	5,84	7,76	28,67	208,00	250	7,30	9,70	35,83	260,00		
42/07	Сыр порциями	15	3,94	4,43	0,00	54,00	20	5,25	5,32	0,00	69,00		
41/10	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	75,00	15	0,00	12,30	0,15	112,50		
377/07	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,07	0,02	15,00	60,00	200/7	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		12,65	20,84	59,40	476,00		15,83	29,72	72,80	619,50		

зав производством