

СОГЛАСОВАНО: Директор

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

МЕНЮ

7

1115-21

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

РЕЦЕПТ УРЫ №	прием пищи/наименование блюда	ВЫХОД	Питательные вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	ВЫХОД	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белок	Жиры	Углеводы	Белок			Жиры	Углеводы		
Первый прием пищи												
ТТК №21	Икра кабачковая	60	0,72	4,2	4,44	61,2	100	1,20	7,00	7,40	102,00	
93/07	Щи по-уральски	200	2,26	2,24	11,66	80,00	250	2,89	2,78	11,66	95,00	
290/07 331/07	Птица тушеная в соусе	100	11,78	10,12	2,93	150,00	120	14,13	12,14	3,55	180,00	
302/07	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,52	10,39	40,73	287,00	180	9,42	7,54	48,87	300,00	
349/07	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,80	88,00	200	0,08	0,00	21,80	88,00	
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 :		28,60	24,14	114,37	796,40		35,37	30,31	154,53	1044,00	
Второй прием пищи												
182/07	Капа молочная манная с м/сл	250	7,60	14,50	41,87	325,00	250	7,60	14,50	41,87	325,00	
41/07	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:		8,97	20,25	64,23	474,00		11,29	22,04	77,30	553,50	

зав производством

by