



"Утверждаю"
ООО "Общепит"

Верещагин А.А.

Рацион: с 7 до 11 лет
Сезон: осень-зима



"Согласовано"
Директор

День: четверг
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
66	Суп с домашней лапшой	200	2,08	4,44	9,28	76,8
261	Сосиска в тесте	100	9,42	11,42	26,85	250
284	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1		9,3	37
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			16,1	16,5	74,2	502,4
Обед						
22,01	Салат из моркови с яблоками	60	0,3	1,4	3,3	27
63	Суп картофельный с бобовыми	200	6,2	5,1	25,5	177
1,4	Тефтели тушеные в томатном соусе	60/40	5,76	5,1	5,1	90,6
148	Пюре картофельное	150/5	3,1	4,6	20,1	137
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			20,96	18,28	114,18	707,60
Итого за день			37,06	34,74	188,41	1210,00



"Утверждаю"
ООО "Общепит"

Верещагин А.А.

Рацион: ст с 12 лет
Сезон: осень-зима



"Согласовано"
Директор

День: четверг
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
66	Суп с домашней лапшой	250	4,6	6,55	11,6	196
261	Сосиска в тесте	100	9,42	11,42	26,85	250
284	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1		9,3	37
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			18,62	18,57	76,55	621,60
Обед						
22	Салат из моркови с яблоками	100	0,3	1,4	3,3	77
63	Суп картофельный с бобовыми	250	8,8	6,3	31,8	211
1,4	Тефтели тушеные в томатном соусе	60/40	5,76	10,1	5,1	90,6
138	Пюре картофельное	150	6,9	7,6	35,6	172,4
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			27,36	27,48	135,98	827,00
Итого за день			45,98	46,05	212,53	1448,60



