

УТВЕРЖДАЮ:

ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

МЕНЮ

Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

День: четверг

Неделя: 2

№ 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						
104	Голубцы ленивые "Богатырь" в томатном соусе 60/40	100	5,52	8,6	5,8	123,4
227	Макаронные изделия отварные 150/5	155	5,5	4,2	33,3	196
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Завтрак			14,22	13,37	67,64	440,7

Обед						
60	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	1,75	5,12	11,75	98,75
145	Птица тушеная с соусе с овощами 200	200	20,08	13,39	20,08	288,69
309	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,9	0,05	20,6	89
5,03	Хлеб пшеничный витамин.50	50	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Обед			26,1	19,01	74,03	580,39

Итого за день			40,32	32,38	141,67	1021,09
----------------------	--	--	-------	-------	--------	---------

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ" _____ Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:
Директор _____

Рацион: ст с 12 лет

День: четверг
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
104	Голубцы ленивые "Богатырь" в томатном соусе 60/40	100	5,52	8,6	5,8	123,4
227	Макаронные изделия отварные 200/5	205	7,33	5,6	44,4	261,33
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Завтрак			16,05	14,77	78,74	506,03

Обед РП						
145	Птица тушеная с соусе с овощами 200	200	20,08	13,39	20,08	288,69
5	Сок 200	200			23,4	94
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
5,03	Хлеб пшеничный витамин.50	50	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Обед РП			23,55	13,87	74,18	511,64

Обед						
60	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 300/5	305	2,1	6,15	14,1	118,5
145	Птица тушеная с соусе с овощами 200	200	20,08	13,39	20,08	288,69
309	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,9	0,05	20,6	89
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
5,03	Хлеб пшеничный витамин.50	50	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Обед			29,55	20,58	95,82	696,44

Итого за день			69,15	49,22	248,74	1714,11
----------------------	--	--	-------	-------	--------	---------