



Ежедневное меню

Утверждаю:

Директор ООО ПТФ "Байкал-сервис"
Шафигуллина Г.Т.

Дата 28.12.2024

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

День: понедельник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
445,37	Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21	148,55
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Завтрак		суммарная масса порции: 505	19,44	17,25	70,1	511,43
Обед						
66,63	Суп-лапша (вермишель)	200	2,22	4,23	12,49	97,08
80,55	Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66
Итого за Обед		суммарная масса порции: 740	23,14	16,30	112,73	690,20
Итого за день			42,58	33,55	182,83	1201,63

Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: 12 лет и старше

День: понедельник

Неделя: 1

№ ре- ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
445,36	Котлеты мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53	
175,12	Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104	
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,3	13,8	66	
Итого за Завтрак			суммарная масса порции: 555	21,28	17,71	80,41	564,08
Обед							
66,62	Суп-лапша (вермишель)	250	2,77	5,29	15,61	121,35	
80,62	Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)	50/50	10,18	7,78	2,17	119,99	
211,06	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,97	4,44	44,48	245,99	
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95	
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	40	3,2	0,4	22	104	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			суммарная масса порции: 820	26,32	18,31	126,16	774,33
Итого за день				47,60	36,02	206,57	1338,41