

УТВЕРЖДАЮ:

ООО ОБЩЕПИТ

2022 г.

## МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор



СРЕДА - 1 неделя



Сезон: весна-лето

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 по 4/Родительская плата

| №ТК                      | Завтрак                                                       | Выход блюда<br>(грамм) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность, кКалл |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                          |                                                               |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| 56,03                    | Борщ со сметаной                                              | 200\5                  | 4,36             | 8     | 12,28    | 108,7                             |
| 282                      | Чай с сахаром                                                 | 200,00                 | 0,1              |       | 9,1      | 35                                |
| 1,21                     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 60,00                  | 4,5              | 0,6   | 28,8     | 138,6                             |
| 1                        | Булочка Домашняя                                              | 50,00                  | 5,65             | 6,85  | 27,7     | 179                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                               | 515,00                 | 14,61            | 15,45 | 77,88    | 461,30                            |

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ/ММС с 7 - 11 лет

| №ТК                      | Завтрак                                                       | Выход блюда<br>(грамм) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность, кКалл |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                          |                                                               |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| 56                       | Борщ со сметаной                                              | 200\5                  | 4,36             | 8     | 12,28    | 108,7                             |
| 282                      | Чай с сахаром                                                 | 200,00                 | 0,1              |       | 9,1      | 35                                |
| 1,21                     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 60,00                  | 4,5              | 0,6   | 28,8     | 138,6                             |
| 1                        | Булочка Домашняя                                              | 50,00                  | 5,65             | 6,85  | 27,7     | 179                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                               | 515,00                 | 14,61            | 15,45 | 77,88    | 461,30                            |

| №ТК                      | Обед                                         | Выход блюда<br>(грамм) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность, кКалл |
|--------------------------|----------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                          |                                              |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| 44                       | Винегрет овощной                             | 60,00                  | 0,8              | 1,4   | 4,3      | 33                                |
| 63                       | Суп картофельный с бобовыми                  | 200,00                 | 6,2              | 5,1   | 25,5     | 169                               |
| 80                       | Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами    | 90,00                  | 13,92            | 7,96  | 2,82     | 129,6                             |
| 176                      | Каша рисовая рассыпчатая с маслом            | 120\5                  | 3,58             | 7,91  | 36,75    | 200                               |
| 290                      | Напиток яблочный                             | 200,00                 | 0,2              | 0,2   | 22,8     | 92                                |
| 1,21                     | Хлеб ржано-пшеничный для детского<br>питания | 60,00                  | 4,5              | 0,6   | 28,8     | 138,6                             |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                              | 735,00                 | 29,20            | 23,17 | 120,97   | 762,20                            |
| ИТОГО по приему: За день |                                              | 1 250,00               | 43,81            | 38,62 | 198,85   | 1 223,50                          |

Шеф-повар

УТВЕРЖДАЮ:

ООО ОБЩЕПИТ  
" " 2022 г.

## МЕНЮ

СРЕДА - 1 неделя

Сезон: весна-лето

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ/ММС с 12 лет и старше

СОГЛАСОВАНО:  
Директор

| №ТК                      | Завтрак                                                       | Выход блюда<br>(грамм) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность, кКалл |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                          |                                                               |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| 56                       | Борщ со сметаной                                              | 250\10                 | 5,45             | 10    | 15,35    | 166,2                             |
| 282                      | Чай с сахаром                                                 | 200,00                 | 0,1              |       | 9,1      | 35                                |
| 1,21                     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 60,00                  | 4,6              | 0,6   | 28,8     | 138,6                             |
| 1                        | Булочка Домашняя                                              | 50,00                  | 5,65             | 6,85  | 27,7     | 179                               |
| ИТОГО по приему: Завтрак |                                                               | 570,00                 | 15,80            | 17,45 | 80,95    | 518,80                            |

| №ТК                      | Обед                                         | Выход блюда<br>(грамм) | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность, кКалл |
|--------------------------|----------------------------------------------|------------------------|------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                          |                                              |                        | Белки            | Жиры  | Углеводы |                                   |
| 44                       | Винегрет овощной                             | 100,00                 | 1,3              | 2,3   | 7,2      | 55                                |
| 63                       | Суп картофельный с бобовыми                  | 250,00                 | 7,8              | 6,3   | 31,8     | 211                               |
| 80                       | Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами     | 90,00                  | 13,92            | 7,96  | 2,82     | 129,6                             |
| 176                      | Каша рисовая рассыпчатая с маслом            | 120\5                  | 3,58             | 7,91  | 36,75    | 200                               |
| 290                      | Напиток яблочный                             | 200,00                 | 0,2              | 0,2   | 22,8     | 92                                |
| 1,21                     | Хлеб ржано-пшеничный для детского<br>питания | 60,00                  | 4,6              | 0,6   | 28,8     | 138,6                             |
| ИТОГО по приему: Обед    |                                              | 825,00                 | 31,35            | 25,27 | 130,17   | 826,40                            |
| ИТОГО по приему: За день |                                              | 1 395,00               | 47,15            | 42,72 | 211,12   | 1 345,20                          |

Шеф-повар





