



Утверждаю: _____
ООО "Общепит"

Рацион: Меню ДС

Сезон: осень - зима



Согласовано: _____
Директор

День: пятница

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						
207	Каша рисовая молочная 150/5 ДС	150/5	3,8	5,9	23,7	164
300	Чай с лимоном и сахаром 200 ДС	200	0,2	0,03	9,3	38
1,15	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	35	2,47	0,35	16,8	80,26
Итого за Завтрак			6,47	6,28	49,8	282,26
Обед						
25	Салат из свеклы отварной с раст.маслом 40 ШК	40	0,61	3,71	2,98	47,25
57	Щи со сметаной 150/5	150/5	1	3,2	5,1	56
1	Каша гречневая с куриным филе 150	150	9	27,4	32,83	193,66
293	Компот из смеси сухофруктов 200 ШК	200	0,5	0,1	31,2	121
1,2	Хлеб ржаной для детского питания	45	2,94	1,12	16,94	89,6
Итого за Обед			14,05	35,53	89,05	507,51
Полдник						
304	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	100
1,12	Батон	40	3,9	1,6	35,6	172,4
1	Масло сливочное порционно	10	0,1	8,3	0,1	75
4,1	Сыр порционно	10	2,7	2,65		34,65
Итого за Полдник			10,3	15,85	49,4	382,05
Итого за день			30,82	57,66	188,25	1171,82