



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

## Ежедневное меню

Дата 20/02.2015

### Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>реп.                                    | Прием пищи, наименование блюда            | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                           |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                         | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| Завтрак                                      |                                           |                 |                      |       |        |                     |
| 506,26                                       | Тефтели из говядины с томатным соусом     | 60/30           | 8,66                 | 12,10 | 8,33   | 177,10              |
| 211,06                                       | Макаронные изделия отварные с маслом      | 180/10          | 6,97                 | 4,44  | 44,48  | 245,99              |
| 283                                          | Чай с сахаром                             | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                  |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 510 |                                           |                 | 18,0                 | 16,8  | 79,3   | 541,0               |
| Обед                                         |                                           |                 |                      |       |        |                     |
| 56,64                                        | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 200/5           | 1,36                 | 4     | 9,28   | 77,6                |
| 80,55                                        | Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)     | 45/45           | 9,15                 | 7,03  | 1,96   | 108,13              |
| 497,02                                       | Каша гречневая рассыпчатая с маслом       | 150/5           | 9,04                 | 5,98  | 40,83  | 252,96              |
| 294,01                                       | Компот из свежих плодов                   | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 68                  |
| 420,02                                       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                 |
| 1,2                                          | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 30              | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                  |
| Итого за Обед суммарная масса порции: 720    |                                           |                 | 25,31                | 17,87 | 106,76 | 676,69              |
| Итого за день                                |                                           |                 | 43,34                | 34,71 | 186,05 | 1217,68             |

### Основное (организованное меню) и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Рацион: ШК 12 лет и старше

День: четверг

Неделя: 2

| №<br>реп.                                    | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|
|                                              |                                                 |                 | Б                    | Ж     | У      |                     |
| 1                                            | 2                                               | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                   |
| Завтрак                                      |                                                 |                 |                      |       |        |                     |
| 506,25                                       | Тефтели из говядины с томатным соусом           | 60/40           | 8,76                 | 12,21 | 8,85   | 180,64              |
| 211,06                                       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180/10          | 6,97                 | 4,44  | 44,48  | 245,99              |
| 283                                          | Чай с сахаром                                   | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                |
| 1,1                                          | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для       | 30              | 2,4                  | 0,3   | 16,5   | 78                  |
| 1,2                                          | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания       | 30              | 2,4                  | 0,3   | 13,8   | 66                  |
| Итого за Завтрак суммарная масса порции: 550 |                                                 |                 | 20,5                 | 17,3  | 93,6   | 610,5               |
| Обед                                         |                                                 |                 |                      |       |        |                     |
| 56,13                                        | Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10 | 250/10          | 1,7                  | 5     | 11,6   | 97                  |
| 80,62                                        | Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)           | 50/50           | 10,18                | 7,78  | 2,17   | 119,99              |
| 497,03                                       | Каша гречневая рассыпчатая с маслом             | 180/5           | 10,85                | 7,18  | 49,00  | 303,55              |
| 294,01                                       | Компот из свежих плодов                         | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 68                  |
| 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: 825    |                                                 |                 | 29,29                | 20,92 | 122,06 | 780,54              |
| Итого за день                                |                                                 |                 | 49,82                | 38,17 | 215,67 | 1391,07             |