

"Утверждаю"
ООО "Общепит"

Верещагин А.А.

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень-зима

День: четверг

Неделя: 2

"Согласовано"
Директор

№ 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						
127	Рагу овощное с мясом	150	12,4	14,8	19,5	247
269	Плюшка Новомосковская	100	5,85	4,35	38,25	218,25
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
282	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
Итого за Завтрак			22,85	19,75	95,65	638,85
Обед						
44	Винегрет овощной	60	0,8	1,4	4,3	33
66	Суп с домашней лапшой	200	2,08	6,44	9,28	76,8
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	8,06	105,4	155
172	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,66	5,66	37,83	240
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			26,24	23,64	216,99	780,80
Итого за день			49,09	43,39	312,64	1419,65

"Утверждаю"
 ООО "Общепит"
 Верещагин А.А.

"Согласовано"
 Директор

Рацион: ст с 12 лет

День: четверг

Сезон: осень-зима

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
118	Рагу овощное с мясом	180	12,87	15,57	12,6	242,1
269	Плюшка Новомосковская	100	5,85	4,35	38,25	218,25
1,05	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	80	4,5	0,6	28,8	138,6
282	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
Итого за Завтрак			23,32	20,52	88,75	633,95
Обед						
	Винегрет овощной	100	1,3	2,3	7,2	55
66	Суп с домашней лапшой	250	2,6	5,55	11,6	96
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	16,06	105,4	155
172	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,66	5,66	37,83	240
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
Итого за Обед			27,66	30,27	222,03	805,60
Итого за день			51,0	50,8	310,8	1439,6



