



УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима



СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: пятница

Неделя: 1

№ 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						
323	Птица тушеная с овощами	180	12,87	15,57	13,6	242,1
284	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1		9,3	37
1,33	Яблоко	150	0,22	0,14	14,63	46
1,05	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			17,69	16,31	66,33	463,70
Обед						
25	Салат из свеклы отварной с раст.маслом	60	0,83	3,975	2,98	63
53	Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	1,36	7,48	6,72	72,8
1,22	Каша гречневая с куриным филе	180	24,28	16,31	36,84	304,33
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			32,07	29,85	106,72	716,13
Итого за день			49,76	46,16	173,05	1179,83

ОБЪЕКТ С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ОГРН 1200200025
ИНН 0257013153
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ОГРН 1200200025
ИНН 0257013153

УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

Рацион: ст с 12 лет

Сезон: осень - зима

СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: пятница

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
323,01	Птица тушеная с овощами	200	14,3	17,3	38	369
284	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1		9,3	37
1,33	Яблоко	150	0,22	0,14	14,63	46
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			19,12	18,04	90,73	590,60
Обед						
25	Салат из свеклы отварной с раст.маслом	100	1,3	8,2	6,6	105
53	Щи со сметаной	250/10	1,75	13,12	8,5	195
1	Каша гречневая с куриным филе	200	24,28	6,31	36,84	304,33
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,21	Хлеб ржаной для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			32,33	28,33	111,94	863,93
Итого за день			51,45	46,37	202,67	1454,53



