

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:

Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

День: понедельник
Неделя: 2

№ 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						
210	Каша Дружба молочная 200/5	205	5,2	8,5	28,9	226
4	Кондитерское изделие 45 гр	45	4,4	4,25	24,2	144
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
3	Бутерброд с сыром 45/10	55	7,9	4,75	24,2	172
Итого за Завтрак			17,6	17,53	86,4	567

Обед						
69	Суп Крестьянский с крупой и сметаной 250/5	255	2,25	4,87	12,62	108,75
104	Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40	100	8,1	5,06	7	105,4
227	Макаронные изделия отварные 150/5	155	5,5	4,2	33,3	196
316,01	Напиток с витаминами " Вита Лайт НК" 200	200			8,5	35
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед			18,95	14,67	80,86	541,45

Итого за день			36,55	32,2	167,26	1108,45
----------------------	--	--	-------	------	--------	---------

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: ст с 12 лет

День: понедельник
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						
210,03	Каша Дружба молочная 250/5	255	6,5	10,62	36,12	282,5
4	Кондитерское изделие 45 гр	45	4,4	4,25	24,2	144
3	Бутерброд с сыром 45/10	55	7,9	4,75	24,2	172
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
Итого за Завтрак			18,9	19,65	93,62	623,5

Обед РП						
104	Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40	100	8,1	5,06	7	105,4
227	Макаронные изделия отварные 180/5	185	6,6	5,04	39,96	235,2
4	Кондитерское изделие 45 гр	45	4,4	4,25	24,2	144
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед РП			22,3	14,92	99,7	605,9

Обед						
69	Суп Крестьянский с крупой и сметаной 300/5	305	2,7	5,85	15,15	130,5
104	Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40	100	8,1	5,06	7	105,4
227	Макаронные изделия отварные 180/5	185	6,6	5,04	39,96	235,2
316,01	Напиток с витаминами " Вита Лайт НК" 200	200			8,5	35
6,05	Хлеб ржано-пшеничный 50	50	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед			20,5	16,49	90,05	602,4

Итого за день			61,7	51,06	283,37	1831,8
----------------------	--	--	------	-------	--------	--------