

УТВЕРЖДАЮ:  
ООО "ОБЩЕПИТ" \_\_\_\_\_ Верещагин А.А.

МЕНЮ  
Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:  
Директор \_\_\_\_\_

Рацион: с 7 до 11 лет

День: пятница  
Неделя: 2

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|----------------------------------------|
|                         |                                |                 | Б                    | Ж     | У     |                                        |
| 1                       | 2                              | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                                      |
| <b>Завтрак</b>          |                                |                 |                      |       |       |                                        |
| 140                     | Плов из куриного филе 200      | 200             | 21                   | 27    | 35,8  | 473                                    |
| 298                     | Чай с сахаром 200              | 200             | 0,1                  | 0,03  | 9,1   | 25                                     |
| 5,03                    | Хлеб пшеничный витамин.50      | 50              | 3,37                 | 0,45  | 21,6  | 103,95                                 |
| 6,05                    | Хлеб ржано-пшеничный 50        | 50              | 3,1                  | 0,54  | 19,44 | 96,3                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                |                 | 27,57                | 28,02 | 85,94 | 698,25                                 |

|                      |                                              |     |      |       |       |       |
|----------------------|----------------------------------------------|-----|------|-------|-------|-------|
| <b>Обед</b>          |                                              |     |      |       |       |       |
| 1                    | Суп с макаронными изделиями 250              | 250 |      |       |       |       |
| 104                  | Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40 | 100 | 8,1  | 5,06  | 7     | 105,4 |
| 183                  | Каша гречневая рассыпчатая 150/5             | 155 | 8,4  | 5,4   | 34,6  | 224   |
| 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  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                              |     | 19,7 | 11,03 | 70,14 | 450,7 |

|                        |        |        |         |          |
|------------------------|--------|--------|---------|----------|
| <b>Итого за день</b>   | 47,27  | 39,05  | 156,08  | 1148,95  |
| <b>Итого за период</b> | 419,78 | 353,38 | 1642,72 | 11831,41 |
| <b>Итого за период</b> | 41,98  | 35,338 | 164,27  | 1183,14  |

Составил \_\_\_\_\_ Администратор

М.П.

Утвердил

УТВЕРЖДАЮ:  
ООО "ОБЩЕПИТ" \_\_\_\_\_ Верещагин А.А.

МЕНЮ  
Сезон зима-весна

СОГЛАСОВАНО:  
Директор \_\_\_\_\_

Рацион: ст с 12 лет

День: пятница  
Неделя: 2

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|
|                         |                                |                 | Б                    | Ж     | У     |                                      |
| 1                       | 2                              | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                                    |
| <b>Завтрак</b>          |                                |                 |                      |       |       |                                      |
| 140                     | Плов из куриного филе 250      | 250             | 26,25                | 33,75 | 44,75 | 591,25                               |
| 298                     | Чай с сахаром 200              | 200             | 0,1                  | 0,03  | 9,1   | 25                                   |
| 5,03                    | Хлеб пшеничный витамин. 50     | 50              | 3,37                 | 0,45  | 21,6  | 103,95                               |
| 6,05                    | Хлеб ржано-пшеничный 50        | 50              | 3,1                  | 0,54  | 19,44 | 96,3                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                |                 | 32,82                | 34,77 | 94,89 | 816,5                                |

|                         |                                              |     |      |       |       |       |
|-------------------------|----------------------------------------------|-----|------|-------|-------|-------|
| <b>Обед РП</b>          |                                              |     |      |       |       |       |
| 104                     | Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40 | 100 | 8,1  | 5,06  | 7     | 105,4 |
| 183                     | Каша гречневая рассыпчатая 180/5             | 185 | 10,6 | 6,8   | 46,3  | 312   |
| 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  |
| <b>Итого за Обед РП</b> |                                              |     | 21,9 | 12,43 | 81,84 | 538,7 |

|                      |                                              |     |       |       |       |       |
|----------------------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|
| <b>Обед</b>          |                                              |     |       |       |       |       |
| 63                   | Суп картофельный с макаронными изд 300       | 300 | 3,24  | 3     | 22,56 | 133,2 |
| 104                  | Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40 | 100 | 8,1   | 5,06  | 7     | 105,4 |
| 183                  | Каша гречневая рассыпчатая 180/5             | 185 | 10,6  | 6,8   | 46,3  | 312   |
| 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  |
| <b>Итого за Обед</b> |                                              |     | 25,14 | 15,43 | 104,4 | 671,9 |

|                        |        |       |         |         |
|------------------------|--------|-------|---------|---------|
| <b>Итого за день</b>   | 79,86  | 62,63 | 281,13  | 2027,1  |
| <b>Итого за период</b> | 706,87 | ##### | 2702,84 | 19615,1 |
| <b>Итого за период</b> | 70,69  | ##### | 270,28  | 1961,51 |

Составил \_\_\_\_\_ Администратор

М.П.

Утвердил