

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ" _____ Верещагин А.А.

МЕНЮ
Категория с 7 до 11 лет
Сезон осень-зима

Рацион: с 7 до 11 лет

День: вторник
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
1	2	3	4	5	6
Завтрак					
1	Каша гречневая с куриным филе 200	200	24,28	6,31	36,84
4	Кондитерское изделие 45 гр	45	4,4	4,25	24,2
300	Чай с лимоном и сахаром 200/10	210	0,2	0,03	9,3
5	Хлеб пшеничный витамин.45	45	3,37	0,45	21,6
Итого за Завтрак			32,25	11,04	91,94

Обед					
6	Салат из белокачанной капусты 60	60	1,3	2,7	6,2
67	Суп картофельный с бобовыми 250	250	7,75	5,12	31,87
#####	Жаркое по-домашнему 150	150	15,13	15,47	13,83
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1
5	Хлеб пшеничный витамин.45	45	3,37	0,45	21,6
Итого за Обед			27,65	23,77	82,6

Итого за день	59,9	34,81	174,54
----------------------	------	-------	--------



УТВЕРЖАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ" Верещагин А.А.

МЕНЮ
Категория дети с 12 лет
Сезон осень-зима

Рацион: ст с 12 лет

День: вторник
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						
1	Каша гречневая с куриным филе 250	250	30,35	7,88	46,05	663,12
4	Кондитерское изделие 45 гр	45	4,4	4,25	24,2	144
300	Чай с лимоном и сахаром 200/10	210	0,2	0,03	9,3	38
5	Хлеб пшеничный витамин.45	45	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Завтрак			38,32	12,61	101,15	949,07

Обед РП						
6	Салат из белокачанной капусты 60	60	1,3	2,7	6,2	54
101	Жаркое по-домашнему 200	200	20,18	20,63	18,45	340,9
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
5	Хлеб пшеничный витамин.45	45	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Обед РП			24,95	23,81	55,35	523,85

Обед						
6	Салат из белокачанной капусты 60	60	1,3	2,7	6,2	54
67	Суп картофельный с бобовыми 300	300	9,3	6,15	38,25	253,5
101	Жаркое по-домашнему 200	200	20,18	20,63	18,45	340,9
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
5	Хлеб пшеничный витамин.45	45	3,37	0,45	21,6	103,95
Итого за Обед			34,25	29,96	93,6	777,35

Итого за день			97,52	66,38	250,1	2250,27
----------------------	--	--	--------------	--------------	--------------	----------------

