

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

МЕНЮ
Категория с 7 до 11 лет
Сезон осень-зима

Рацион: с 7 до 11 лет

День: пятница
Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО:
Директор _____

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У
1	2	3	4	5	6
Завтрак					
104	Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40	100	8,1	5,06	7
148	Пюре картофельное 150/5	155	3,1	4,6	20,1
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 Завтрак			14,67	10,14	57,8

Обед					
44	Винегрет Овощной 60	60	0,8	1,4	4,3
57	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250/5	255	1,75	5,62	8,5
2	Гуляш из куриного филе 100	100	15,66	16,92	9,95
227	Макаронные изделия отварные 150/5	155	5,5	4,2	33,3
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1
6	Хлеб ржано-пшеничный 45	45	3,1	0,54	19,44
Итого за Обед			26,91	28,71	84,59

Итого за день	41,58	38,85	142,39
----------------------	-------	-------	--------

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

МЕНЮ
Категория дети с 12 лет
Сезон осень-зима

Рацион: от с 12 лет

День: пятница
Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО
Директор _____
И.С. Гасимова И.Т.

№ 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						
104	Биточки из мяса птицы в томатном соусе 60/40	100	8,1	5,06	7	105,4
146	Пюре картофельное 180/5	185	3,72	5,52	24,12	164,4
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 Завтрак			15,29	11,06	61,82	398,75

Обед РП						
2	Гуляш из куриного филе 100	100	15,66	16,92	9,95	353,6
227	Макаронные изделия отварные 180/5	185	6,6	5,04	39,96	235,2
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6	Хлеб ржано-пшеничный 45	45	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед РП			25,46	22,53	78,45	710,1

Обед						
44	Винегрет Овощной 60	60	0,8	1,4	4,3	33
57	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 300/5	305	2,1	6,74	10,2	114
2	Гуляш из куриного филе 100	100	15,66	16,92	9,95	353,6
227	Макаронные изделия отварные 180/5	185	6,6	5,04	39,96	235,2
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
6	Хлеб ржано-пшеничный 45	45	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед			28,36	30,67	92,95	857,1

Итого за день			69,11	64,26	233,22	1965,95
----------------------	--	--	-------	-------	--------	---------