

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание" Директор
А.В.Комиссаров _____

МЕНЮ 20.06.2024

№ рецептуры	Пример пищи/ наименование блюда	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ					ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ				
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	ЗАВТРАК										
	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом	205	7,30	11,62	31,20	254,00	255	9,10	14,52	39,00	317,00
	Яйцо вареное вкрутую	1шт/40	5,08	4,60	0,28	63,00	1шт/40	5,08	4,60	0,28	63,00
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	50	3,75	0,50	23,50	115,00
	Хлеб ржаной	50	3,24	0,50	20,50	100,00	50	3,24	0,50	20,50	100,00
	Итого завтрак:		19,44	17,24	90,48	592,00		21,24	20,14	98,28	655,00
	ОБЕД										
	Рассольник Ленинградский	205	1,64	5,00	13,00	97,40	255	2,05	6,25	16,25	121,75
	Тефтели мясо-крупяные	110	7,91	17,98	9,33	231,00	110	7,91	17,98	9,33	231,00
	Макаронные изделия отварные	180	7,12	13,10	34,20	283,00	180	7,12	13,10	34,20	283,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,00	29,00	116,60	200	0,16	0,00	29,00	116,60
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	50	3,75	0,50	23,50	115,00
	Хлеб ржаной	50	3,24	0,50	20,50	100,00	50	3,24	0,50	20,50	100,00
	Итого обед:		23,82	37,08	129,53	943,00		24,23	38,33	132,78	967,35
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		43,26	54,32	220,01	1535,00		45,47	58,47	231,06	1622,35