

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

Меню

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима

День: четверг

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
101,01	Жаркое по домашнему	180	18,96	19	16,2	313,2
283	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,1	11,3	61
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
1	Печенье	60	3,84	10,08	41,1	270,6
Итого за Завтрак			28,7	30,8	97,4	783,4
Обед						
17	Салат из моркови	60	0,6	2,7	8,7	60
1	Борщ с капустой и картофелем	200/5	1,4	4,1	9,4	79
96	Гуляш из отварной говядины	90	12,75	13,2	13,3	184,5
172	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	8,4	5,4	34,6	224
282	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			28,35	27,41	104,08	727,50
Итого за день			57,05	58,19	201,48	1510,90