

УТВЕРЖДАЮ
ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

Меню

Согласовано
Директор

Рацион: с 12 до 18 лет

Сезон: осень - зима

День: пятница

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1	Каша овсяная молочная Геркулес	200/5	18,1	19,8	35,6	284
319	Кисель	200	0,2	0,2	20	76
1,33	Яблоко	150	0,22	0,14	14,63	46
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			23,02	20,74	99,03	544,60
Обед						
21	Салат Витаминный	100	1,6	4,6	10,8	93,3
63	Суп картофельный с бобовыми	250	7,8	5,1	31,8	211
131	Плов из куриного филе	180	17,1	22,08	28,4	384
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			32,1	33,9	131,2	964,3
Итого за день			55,12	54,60	230,21	1508,90