

УТВЕРЖДАЮ:
ООО "ОБЩЕПИТ"

Верещагин А.А.

Меню

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима

День: вторник

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге- тическая
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
138	Пюре картофельное	150/5	3,1	4,6	20,1	137
96,01	Гуляш из отварной говядины	60	8,5	8,8	2,2	123
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
1,29	Печенье	30	3,6	7,65	30,15	202,5
Итого за Завтрак			20,4	23,1	90,5	642,5
Обед						
17	Салат из моркови	60	0,6	3,7	8,7	60
53	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	1,4	4,5	6,8	126
137,02	Рыбные биточки в томатном соусе	60/40	5,4	3,1	7,6	127
176	Каша рисовая рассыпчатая	150/5	3,7	3,6	37,6	201
300	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	38
1,21	Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			15,8	15,5	98,8	690,6
Итого за день			36,2	38,6	189,3	1333,1