

УТВЕРЖДАЮ:
ООО"ОБЩЕПИТ"_____Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон весна-лето

СОГЛАСОВАНО
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г) *			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
322,04	СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ СО СГУЩ 120/20	140	20,8	13,44	28,88	320
298	ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,1	0,03	9,1	25
1	Хлеб пш 45	45	1,44	0,18	8,77	43,56
1,33	Яблоко 150	150	0,22	0,14	14,63	150,4
Итого за Завтрак			22,56	13,79	61,38	538,96

Обед						
25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 60	60	0,8	4,9	3,8	72
70	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ с картофелем 250	250	2,62	4,25	11,62	120,05
1,79	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С КУРИНЫМ ФИЛЕ 200	200	24,28	6,31	36,84	530,5
309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	200	0,9	0,05	20,6	89
1,2	Хлеб ржаной 45	45	3,82	1,48	21,78	115,2
Итого за Обед			32,42	16,99	94,64	926,75

Итого за день			54,98	30,78	156,02	1465,71
----------------------	--	--	-------	-------	--------	---------