

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А. Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон осень-зима

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: ст с 12 лет

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
630	СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ С повидлом 120/10	120/10	40,16	7,4	22,4	247,16
302	Кофейный напиток на молоке 200	200	2,8	2,2	14,8	87
1	Бутерброд с сыром 45/10	55	5	3	14,5	106
1,33	Яблоко 150	150	0,22	0,14	14,63	150,4
Итого за Завтрак			48,18	12,74	66,33	590,56

Обед РП						
70	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ с картофелем 300	300	3,14	5,1	13,94	135
276	СОШ Пицца Детская	100	26,6	18,2	49,8	474
309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	200	0,9	0,05	20,6	89
1	Хлеб пш 45	45	1,44	0,18	8,77	43,56
Итого за Обед РП			32,08	23,53	93,11	741,56

Обед						
6	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 100	100	2,16	4,5	10,33	90
70	СУП - ЛАПША ДОМАШНЯЯ с картофелем 300	300	3,14	5,1	13,94	135
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			34,3	17,44	103,49	959,7