

УТВЕРЖДАЮ: В.В.Вереин
ОООО "ОБЩЕПИТ" _____ Верещагин А.А.

МЕНЮ
Категория с 7 до 11 лет
Сезон: осень-зима

СОГЛАСОВАНО
Директор А.А.Вереин

Рацион: с 7 до 11 лет

День: среда
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
241	Сырники со сгущенным молоком 120/20	140	20,06	7,74	29,12	264,6
1,2	Яблоко 130	130	0,22	0,14	14,63	150,4
1	Бутерброд с маслом 45/5	50	2,4	8,6	14,6	146
298	Чай с сахаром 200	200	0,1	0,03	9,1	25
Итого за Завтрак			22,78	16,51	67,45	586

Обед						
58	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	255	2,12	6	15,37	130
104	Голубцы ленивые "Богатырь" в томатном соусе 60/40	100	5,52	8,6	5,8	123,4
148	Пюре картофельное 150/5	155	3,1	4,6	20,1	137
309	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,9	0,05	20,6	89
6	Хлеб ржано-пшеничный 45	45	3,1	0,54	19,44	96,3
Итого за Обед			14,74	19,79	81,31	575,7

Итого за день	37,52	36,3	148,76	1161,7
----------------------	-------	------	--------	--------