

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Шницель из свинины	80	11,4	16,5	10,5	242,3	
Макаронные изделия отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1	
Батон йодированный	47	3,5	1,4	24,2	123,1	
Чай с лимоном	200/15/10	0,3	0,0	15,3	64,3	
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	572	24,7	30,2	115,3	841,8
Обед						
Суп картофельный с горохом луценым	250	5,5	5,3	16,5	148,0	
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8	
Каша перловая рассыпчатая	180	8,5	6,0	38,1	240,0	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6	
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	802	30,1	25,6	92,7	750,0
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Пирожок с картофелем, луком и сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:		60,7	62,4	272,7	1 945,8	

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

МЕНЮ 12-18 лет

2 день



Директор
Ивченко С.В.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250/5	6,3	7,3	39,2	260,5
Какао с молоком витаминизированный	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Батон йодированный	32	2,4	0,9	16,4	83,8
Блинчик с вишневым фаршем	70	3,2	4,0	26,1	105,6
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	557	16,0	15,7	99,3
Обед					
Суп картофельный с мясом	305	5,0	5,1	17,0	145,0
Тефтели мясные с соусом	50/50	6,3	14,6	10,5	158,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	28	1,8	0,3	9,4	48,7
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	823	23,4	27,2	92,6
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Пирожок с яблоком	60	3,4	3,2	31,0	167,4
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	360	4,2	3,4	58,7
Всего за день:		43,5	46,3	250,6	1 542,1

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Биточек Сочный	70	9,7	12,5	10,1	202,2	
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2	
Огурец свежий	45	0,3	0,0	0,9	4,8	
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6	
Хлеб ржаной	37	2,4	0,4	12,4	64,4	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	552	16,6	19,3	65,5	515,2
Обед						
Суп с крупой и томатом	250	5,0	5,1	17,0	145,0	
Мясо куриное в соусе	100	12,6	11,3	3,7	166,8	
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8	
Чай с лимоном	200/15/3	0,1	0,0	15,2	62,0	
Хлеб ржаной	54	3,6	0,6	18,0	94,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	802	28,8	21,9	101,9	738,6
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	390	7,9	4,9	56,3	310,7
Всего за день:		53,3	46,1	223,7	1 564,6	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Жаркое по-домашнему с мясом (конс.)	220	8,9	8,4	36,4	258,3	
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/3	0,2	0,0	10,1	41,9	
Пирог Манник	75	4,3	11,5	36,5	269,3	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	553	16,8	21,2	106,1	687,4
Обед						
Суп с макаронными изделиями и мясом	285	4,3	5,8	52,0	132,0	
Биточек Нежный с томатным соусом	70/30	8,8	14,5	11,5	224,4	
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,9	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Хлеб ржаной	24	1,6	0,3	8,0	41,8	
Батон йодированный	26	2,0	0,8	13,4	68,1	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	825	21,1	26,5	139,5	748,2
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Пирожок с картофелем, луком и сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:			43,8	54,3	310,3	1 789,6

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Гуляш из свинины	90	8,8	14,6	4,8	199,4	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1	
Батон йодированный	34	2,6	1,0	17,5	89,1	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Пирог творожный	70	4,7	5,6	31,9	197,7	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	559	24,6	27,2	107,1	785,3
Обед						
Свекольник	300	2,6	5,3	20,0	138,3	
Котлета рыбная с соусом	50/50	6,5	6,0	12,1	129,6	
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5	
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	839	16,7	18,6	89,0	592,0
Полдник						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0	
Пирожок с яблоками	60	3,4	3,2	31,0	167,4	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	360	4,2	3,4	58,7	293,4
Всего за день:		45,5	49,1	254,8	1 670,7	

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.