

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,4	10,1	39,3	272,1	
Горячий бутерброд с сыром	40	12,9	13,0	16,0	234,0	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	590	18,9	23,6	78,0	607,2
Обед						
Суп картофельный с горохом лущеным	300	6,6	6,4	19,8	177,6	
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1	
Рис отварной круглый	180	4,3	5,1	44,6	241,9	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	816	26,0	31,0	96,8	803,1
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	
Рулет эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	10,7	13,4	70,1	467,6
Всего за день:			55,5	68,0	244,9	1 878,0
Всего за день:			52,5	63,6	256,4	1 802,2

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

2 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета Морячок	90	13,4	9,3	8,9	177,5
Картофельное пюре	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Огурец свежий	39	0,4	0,1	1,5	9,4
Батон йодированный	34	2,6	1,0	17,5	89,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	558	20,6	16,8	69,8
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,2	5,7	16,3	130,4
Гуляш из свинины	50/50	11,8	18,3	4,5	248,4
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Хлеб ржаной	31	2,0	0,4	10,4	53,9
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	806	26,6	30,0	107,3
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Груша	160	0,6	0,5	16,5	75,2
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	96,2
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	390	2,8	4,3	50,0
Всего за день:		49,9	51,1	227,1	1 608,2

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом сливочным	120/5	11,8	17,0	2,2	234,8
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	558	21,9	22,7	67,7
Обед					
Суп с макаронными изделиями и мясом	285	4,3	5,8	52,0	132,0
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Рагу овощное	180	3,2	13,4	15,6	196,7
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	22	1,5	0,3	7,3	38,3
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	822	22,1	40,9	111,7
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
Хачапури с сыром	80	11,7	8,8	32,7	257,3
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	12,2	9,3	65,6
Всего за день:		56,2	72,9	244,9	1 771,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

 Дзюина А А

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Смачный	90	13,5	17,0	12,8	273,8
Рис отварной круглый	180	4,3	5,1	44,6	241,9
Огурец свежий	41	0,2	0,0	0,8	4,4
Батон йодированный	23	1,7	0,7	11,8	60,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	569	20,9	29,7	96,9
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,0	5,0	12,0	107,0
Жаркое по-домашнему с мясом (конс.)	220	8,9	8,4	36,4	258,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Пирог Манник	70	4,0	10,7	34,0	250,9
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	805	18,5	25,1	117,7
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
Рулет эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	410	10,7	13,4	70,1
Всего за день:		50,1	68,2	284,7	1 999,9

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Мясо куриное в соусе	50/50	12,6	11,3	3,7	166,8
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Батон йодированный	26	2,0	0,8	13,4	68,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Пирожное с посыпкой	35	3,9	8,8	25,8	201,1
Итого за прием пищи:	556	26,1	25,8	105,9	766,8
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,0	5,7	9,4	99,5
Тефтели Нежные с соусом	70/50	9,8	16,7	9,7	227,6
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	24	1,6	0,3	8,0	41,8
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Итого за прием пищи:	814	24,8	36,8	94,7	808,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Груша	160	0,6	0,5	16,5	75,2
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	96,2
Итого за прием пищи:	390	2,8	4,3	50,0	259,4
Всего за день:		53,6	66,9	250,6	1 834,1

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.