

2 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Бутерброд с сыром	11/25	4,8	3,6	12,9	103,3
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.	551	27,1	34,7	98,2
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,9	2,6	19,4	125,5
Птица тушеная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8
Рис отварной круглый	200	4,7	5,6	49,5	268,5
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Батон йодированный	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	839	27,4	22,9	117,8
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:		65,2	71,0	286,1	2 106,5

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

2 неделя

Согласовано



МЕНЮ 12-18 лет

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из свинины	45/45	9,6	25,4	2,6	277,9
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	239,1
Огурец свежий	31	0,2	0,0	0,6	3,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Оладьи 1шт.	35	2,1	2,4	14,0	86,0
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	551	22,7	34,7	85,5
Обед					
Солянка по-домашнему из птицы	250/15	4,4	4,8	9,6	103,9
Котлета рыбная с соусом томатным с овощами	50/50	6,5	6,0	12,1	129,6
Картофельное пюре	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	20	1,3	0,2	6,7	34,8
Булочка с сахаром	50	4,6	4,7	30,3	182,1
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	825	21,0	22,1	95,6
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:		46,4	61,1	231,1	1 675,9

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						
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200/3	5,1	5,2	31,4	201,8	
Какао с молоком витаминизированное	200	4,1	3,5	17,6	119,0	
Батон йодированный	26	2,0	0,8	13,4	68,1	
Блинчик с вишней	140	6,3	8,0	52,2	211,2	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	569	17,5	17,5	114,6	600,1
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	20	1,3	0,2	6,7	34,8	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	830	22,7	41,1	116,2	796,8
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	406,4
Всего за день:		52,4	67,9	296,3	1 803,3	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ 12-18 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Сочный	90	12,3	16,1	13,1	260,4
Картофельное пюре	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Помидор свежий	38	0,4	0,1	1,4	9,1
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	555	19,0	23,4	70,5
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,0	5,6	12,8	113,2
Медальон из птицы	100	20,1	11,8	10,0	229,0
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	823	34,5	23,7	113,9
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:		64,2	60,5	254,5	1 869,3

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.



МЕНЮ 12-18 лет

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	110/29	18,6	17,8	41,1	399,5
Булочка домашняя	70	5,1	8,9	30,9	223,6
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 75руб.	554	24,3	27,2	99,7
Обед					
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,6	5,9	17,4	135,9
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 сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
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 75руб.	825	26,3	30,9	109,2
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
Рулет эстонский с сыром	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:		53,3	62,4	258,9	1 825,0
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