ООО "МОБИЛСВЯЗЬ"

Согласовано

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

1 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Оладьи	140	10,89	13	58,04	373,00
Соус фруктовый(повидло)	60	0,12	0	19,40	73,93
Фрукт	150	0,6	1	17,4	73,02
Чай с лимоном	200	0,02	0	9,82	37,51
Итого за Завтрак	550	11,63	14	104,66	557,46
Обед					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4,20
Щи по-уральски с крупой	250	2,65	5	8,85	97,78
Котлета Рыжик с соусом	120	9,66	18	14,1	257,14
Рис отварной	180	4,51	6,39	47,27	265,30
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	44,78
Хлеб ржаной	65	4,3	1	27,1	125,70
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,1	0	5,0	19,22
Итого за Обед	865	22,75	31	112,37	814,12
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88,00
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61,00
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339,00
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488,00
Итого за день		49,39	60	287,49	1859,58

Директор _____ Биленко В.

Зав. производством _____ Дзюина А.А

ООО "МОБИЛСВЯЗЬ"

Согласовано

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Печенье	20	1,50	2	15,3	84,45
Бутерброд с мясом копчено-запеченым	35	3,34	4	9,38	83,26
Каша жидкая молочная пшенная	250	8,60	9,68	42,5	288,90
Чай с молоком сгущеным	200	1,6	1,92	12,52	71,71
Соус фруктовый (из повидла)	30	0,1	0	9,70	36,96
Итого за Завтрак	535	15,1	17	89,40	565,28
Обед					
Салат из квашеной капусты	30	0,5	1	2,8	24,33
Суп-лапша на курином бульоне с курицей	250	3,90	5	15,9	125,50
Зраза Любимая с соусом	120	10,30	21	14,23	283,74
Картофельное пюре	180	3,79	4,52	26,09	158,80
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Чай	200	0,02	0	9,79	37,32
Итого за Обед	885	25,4	33	114,66	844,95
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88,00
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61,00
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215,00
Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364,00
Итого за день		44,60	63	260,62	1774,23

Директор _____ Биленко В.

Зав. производством _____ Дзюина А.А.

ООО "МОБИЛСВЯЗЬ"

Согласовано

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

3 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета "Морячок" с соусом	100	11,45	2,21	12,4	72,55
Рис отварной	185	4,6	7	48,58	272,70
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,38	44,78
Хлеб ржаной	65	4,29	1	27,11	125,70
Напиток из шиповника	200	0,26	0	21,44	81,75
Итого за Завтрак	570	21,95	10	118,89	597,48
Обед					
Салат "Степной"	40	0,51	2,45	4,01	39,94
Суп гороховый	250	7,78	8,62	23,94	199,30
Соус "Альфредо"	100	9,7	11,90	7,17	174,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,61	5,17	55,51	296,90
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0,39	13,55	62,85
Компот из сухофруктов	200	1,0	0,06	32,96	124,80
Итого за Обед	802,5	31,77	28,59	137,1	897,79
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Ватрушка с конфитюром	100	6,71	6	44,47	263
Итого за Полдник	430	7,17	6	76,52	403
Итого за день		60,89	44	332,55	1 898

Директор _____ Биленко В.

Зав. производством _____ Дзюина А.А.

ООО "МОБИЛСВЯЗЬ"

Согласовано

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета"Умка" с соусом	120	9,7	18,23	14,07	257,14
Перлотто	180	5,12	5,92	39,24	224,30
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Чай с молоком сгущеным	200	1,64	1,92	12,52	71,71
Итого за Завтрак	532,5	18,57	26,46	79,38	616,00
Обед					
Салат из белокочанной капусты	30	0,46	1,79	2,80	27,81
Суп картофельный с рыбой	250	4,22	5,01	19,9	139,10
Азу "Рататуй"	280	15,93	32,50	35,69	496,50
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Чай	200	0,0	0,02	9,8	37,32
Итого за Обед	825	24,92	40,10	95,24	826,43
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день		58,50	82	245,08	1 930

Директор _____ Биленко В.

Зав. производством _____ Дзюина А.А.

ООО "МОБИЛСВЯЗЬ"

Согласовано

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Тефтели Мит-бол с соусом	100	9,5	8,44	13,40	125,35
Каша гречневая рассыпчатая	190	11,20	5,46	58,59	313,30
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,13	9,4	44,78
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	19,49	74,32
Итого за Завтрак	542,50	24,42	14,52	114,4	620,60
Обед					
Салат из свеклы отварной	30	0,53	1,80	4,02	32,12
Суп из овощей со сметаной	250	2,0	6,14	12,80	111,40
Паста болоньезе	280	14,19	34,10	47,57	550,20
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Хлеб ржаной	65	4,30	0,78	27,10	125,70
Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	32,96	124,80
Итого за Обед	865	24,66	43,14	143,2	1033,78
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
Итого за Полдник	430	6,16	5	71,12	369
Итого за день		55,24	63	328,74	2 023

Директор _____ Биленко В.

Зав. производством _____ Дзюина А.А.