



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					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным 250/5	255	7,69	8	45,17	286
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батончик к чаю	40	3	1	20,56	105
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак	610	11,29	9	90,56	499
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой 250/10	260	5,81	3	15,88	112
Тефтели Нежные с соусом 70/50	120	8,82	23	9,81	280
Рис отварной	180	4,61	6	48,2	269
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,58		31,82	130
Хлеб ржаной	40	2,64		13,36	70
Итого за Обед	800	22,46	32	119,07	861
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с конфитюром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	360	4,17	4	55,03	283
Итого за день		37,92	45	264,66	1 643

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

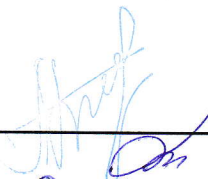


2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины рубленый	100	11,08	29	12,4	354
Картофельное пюре	150	3,31	5	22,08	148
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Булочка домашняя с сахаром	50	4,53	5	30,72	184
Итого за Завтрак	550	21,75	40	98,22	839
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,87	4	8,96	84
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Батон йодированный	25	1,88	1	12,85	66
Итого за Обед	800	24,83	39	99,57	856
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		50,62	83	259,37	2 003

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



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					
Ёжики мясные с соусом 120/50	170	10,59	27	12,42	339
Огурец соленый	30	0,33		1,14	7
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак	550	14,15	28	56,38	546
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,94	5	19,34	144
Жаркое по-домашнему (говяд. конс.)	250	12,5	6	41,3	269
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Пирог "Манник"	70	3,96	11	34,17	252
Итого за Обед	815	24,58	22	119,86	778
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Итого за Полдник	360	4,01	12	53,62	350
Итого за день		42,74	62	229,86	1 674

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Дзюина А.А.

Солнышкина О.И.



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					
Тефтели Нежные с соусом 70/50	120	8,82	23	9,81	280
Рис отварной с овощами	180	4,19	9	41,88	268
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Итого за Завтрак	550	15,84	33	84,71	701
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,9	4	12,57	98
Гуляш из птицы 50/50	100	14,39	16	3,21	214
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,53	7	47,57	298
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Батон йодированный	25	1,88	1	12,85	66
Итого за Обед	800	30,88	28	101,25	789
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		50,76	65	247,54	1 798

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



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					
Биточек мясной "Сочный"	100	13,22	21	13,22	295
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Печенье в асс.	20	1,1	7	11,9	111
Итого за Завтрак	550	24,71	34	106,35	830
Обед					
Рассольник Ленинградский с перловкой 250	250	2,43	5	16,92	120
Плов со свининой	250	14,83	30	54,01	545
Зеленый горошек	35	0,39		1,33	8
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Итого за Обед	800	21,33	36	107,59	838
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с конфитюром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	360	4,17	4	55,03	283
Итого за день		50,21	74	268,97	1 951

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.