



СОГЛАСОВАНО

(подпись)
(ФИО)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Ермаков М.М.

(должность)
(ФИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возраст
ая меню 2х разовое питание
категори 12-18 лет
я:

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная жидкая | 250 | 7,10 | 7,38 | 28,75 | 209,93 | 268(2011) |
| | Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант) | 60 | 3,16 | 1,85 | 32,78 | 158,2 | 101(2016) |
| | Какао с молоком | 200 | 3,80 | 3,08 | 10,30 | 84,36 | 292*(2017) |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 510 | 14,06 | 12,31 | 71,83 | 452,49 | |
| ОБЕД | салат витаминный | 100 | 1,33 | 6,23 | 5,39 | 83,3 | 123(2011) |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,64 | 4,84 | 20,50 | 142,24 | 133(2011) |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,26 | 5,22 | 21,73 | 147,38 | 434(2011) |
| | Кнели рыбные припущенные | 100 | 16,71 | 1,74 | 5,41 | 204,59 | 340(2011) |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,32 | 0,14 | 9,46 | 40,76 | 538(2011) |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,46 | 0,43 | 26,56 | 126,9 | 114(2011) |
| | Хлеб ржаной | 60 | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,4 | 115(2011) |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 920 | 31,68 | 19,32 | 109,09 | 849,57 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1410 | 45,74 | 31,32 | 180,92 | 1302,06 | |

шеф повар: *Серебряков М.В.*