



СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

(должность)

Ермаков М.М.

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возраст
ая меню 2х разовое питание 7.
категори 11 лет
я:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» вязкая	200	6,88	11,40	30,25	221,16	253(2011)
	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	60	3,16	1,85	32,78	158,2	101(2016)
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,72	3,66	10,00	88,62	508(2011)
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	13,76	16,91	73,03	467,98	
ОБЕД	салат из соленого огурца с луком	100	0,80	1,10	1,70	113	37(2011)
	Свекольник	250	2,48	3,05	17,27	149	136(2011)
	Жаркое по-домашнему	200	21,48	42,53	22,65	612,72	374(2011)
	Кисель из свежих ягод	200	0,18	0,08	17,54	70,86	518(2011)
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	114(2011)
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115(2011)
ИТОГО ЗА ОБЕД		835	31,00	46,60	94,66	978,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1345	44,76	63,51	160,08	1446,51	



СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

(должность)

Ермаков М.М.

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» вязкая	250	8,38	14,12	37,81	271,11	253(2011)
	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	60	3,16	1,85	32,78	158,2	101(2016)
	Какао с молоком (1-й вариант)	200	3,72	3,66	10,00	88,62	508(2011)
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	15,26	19,63	80,59	517,93	
ОБЕД	салат из соленого огурца с луком	100	0,80	10,10	1,70	113	37(2011)
	Свекольник	250	2,48	3,05	17,27	149	136(2011)
	Жаркое по-домашнему	200	21,48	42,53	52,65	612,72	374(2011)
	Кисель из свежих ягод	200	0,18	0,08	17,54	70,86	518(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		870	34,17	56,91	135,8	1176,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1380	49,43	76,54	216,35	1694,81	