

СОГЛАСОВАНО

Директор (должность)
Ильиничева Н.И. (ФИО)
28.04.11 (дата)

УТВЕРЖДАЮ


Ермаков М.М. (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 11 лет
 меню 2х разовое питание 7-я:

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 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 | |



директор (должность)
Александр Н.Ю. (ФИО)
28.04.21 (дата)



Ермаков М.М. (должность)
 Ермаков М.М. (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возраст
 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 | |