

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон осень-зима

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

День: вторник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	Б	Ж
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
141	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ 200	200	32,45	39,36	35,45	628,18
300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 200/7	207	0,2	0,03	9,3	38
249,01	Сош Корж молочный	100	4,6	4	11,8	188
1	Хлеб пш 45	45	1,44	0,18	8,77	43,56
Итого за Завтрак			38,69	43,57	65,32	897,74

Обед						
60	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ и сметаной 250/5	255	1,75	5,12	11,75	98,75
145	Птица тушеная с овощами	200	20,08	20,08	288,69	288,69
309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	200	0,9	0,05	20,6	89
1,2	Хлеб ржаной 45	45	3,82	1,48	21,78	115,2
Итого за Обед			26,55	26,73	342,82	591,64

Итого за день			65,24	70,3	408,14	1489,38
----------------------	--	--	-------	------	--------	---------

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Верещагин А.А.

МЕНЮ
Сезон осень-зима

СОГЛАСОВАНО:
Директор

Рацион: ст с 12 лет

День: вторник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
141	ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ 200	200	32,45	39,36	35,45	628,18
300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 200/7	207	0,2	0,03	9,3	38
249,01	Сош Корж молочный	100	4,6	4	11,8	188
1	Хлеб пш 45	45	1,44	0,18	8,77	43,56
Итого за Завтрак			38,69	43,57	65,32	897,74

Обед РП						
145	Птица тушеная с овощами	200	20,08	20,08	288,69	288,69
300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 200/7	207	0,2	0,03	9,3	38
249,01	Сош Корж молочный	100	4,6	4	11,8	188
1,2	Хлеб ржаной 45	45	3,82	1,48	21,78	115,2
Итого за Обед РП			28,7	25,59	331,57	629,89

Обед						
60	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ и сметаной 300/10	310	2,1	6,14	14,1	117,5
145	Птица тушеная с овощами	200	20,08	20,08	288,69	288,69
309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	200	0,9	0,05	20,6	89
1,2	Хлеб ржаной 45	45	3,82	1,48	21,78	115,2
1	Хлеб пш 45	45	1,44	0,18	8,77	43,56
Итого за Обед			28,34	27,93	353,94	653,95