



Дата: \_\_\_\_\_ г.



Иванова О.Н.

Дата: \_\_\_\_\_ г.

**12 дневное меню**  
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.  
 Осенне- зимний сезон.

**День 5 ( Пятница )**

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углево	
1.	14	масло сливочное порц.	10	65,72	0,1	7,2	0,13	<b>5-56</b>
2.	183	Каша молоч. гречневая с маслом	150/5	151,5	4,5	5,1	21,9	<b>14-51</b>
3.	378	Чай с молоком	200(150/50/15)	81	1,52	1,35	15,9	<b>5-20</b>
4.	338	мандарины св. порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	<b>15-64</b>
5.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	<b>2-94</b>
		<b>Итого</b>	<b>460</b>	<b>389,18</b>	<b>8,17</b>	<b>14,06</b>	<b>44,34</b>	<b>43-85</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углево	
1.	67	Винегрет овощной	60	9,95	1,74	6,18	9,24	<b>4-06</b>
2.	96	Рассольник Ленинградский со сметан	200/5	113	1,88	5,1	13,92	<b>5-29</b>
3.	280	Фрикадельки из говядины	105(55/50)	140	8,83	8,63	7,54	<b>31-48</b>
4.	310	Картофель отварной	150	159	3,03	4,93	24,49	<b>01.06.70</b>
5.	342	Компот из св.яблок	200	109	0,16	0,16	27,87	<b>5-17</b>
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	<b>4-41</b>
		<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>656,95</b>	<b>18,46</b>	<b>25,6</b>	<b>83,66</b>	<b>57-11</b>

Старший повар Чертова Л.В.

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.