



12 дневное меню
 Возрастная категория: с 12 лет и старше
 Осенне- зимний сезон.

День 7 (Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углево	
1.	15	Сыр порциями Каша молоч.рисовая с маслом	20	71,66	4,64	5,9	0	11-53
2.	174	Какао с молоком	200/10	298,7	6,09	11,01	6,9	14-30
3.	382	Хлеб пшеничный	200	125,11	3,78	0,67	26	8-40
4.		Яблоки св.порциями	20	42	0,94	0,2	0,2	1-47
5.	338	Итого	100	33,3	0,3	0,3	7,35	7-87
		Итого	400	570,77	15,75	18,08	40,45	43-57

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углево	
1.	24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	81,6	0,9	7,16	3,16	5-63
2.	102	Суп картофельный с горохом	250	147,5	5,88	4,66	19,95	3-22
3.	269	Биточки рубленые с соусом	100(50/50)	165	9,08	9,46	10,66	27-54
4.	309	Макароны отварные	200	281	7,09	6,52	47,36	6-96
5.	348	Компот из кураги	200	123	1,04	0	30,96	19-97
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4-41
		Итого	910	924,1	26,81	28,4	112,69	67-73

Старший повар _____ / Чертова И.В.
 Бухгалтер о/п _____ / Виноградова Л.В.