



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

День 1(Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углева	
1.	15	сыр порциями	25	71,66	4,64	5,9	0	15,65
2.	173	Каша молоч.пшеничная с маслом	150/5	222,8	6,17	7,9	4,85	8,99
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	155,2	3,6	2,67	29,2	9,32
4.		Хлеб пшеничный	20	63	1,41	0,3	0,3	1,47
5.	338	Мандарины св.порциями	100	46,6	1,06	0,18	10,18	22,05
		Итого	500	559,26	16,88	16,95	44,53	57,48

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углева	
1.	71	Огурцы свежие порциями	60	12	0,48	0,12	3,12	5,30
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118	4,71	3,73	15,96	2,77
3.	269	Котлеты рубленые с соусом	100(50/50)	165	9,08	15,2	9,2	32,80
4.	309	Макароны отварные	150	211	5,32	4,89	35,52	4,97
5.		Чай с фруктовым соком	200(50/150)	95	0,34	0,02	24,53	5,69
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		Итого	770	727	22,75	24,56	88,93	55,93

Старший повар Чертова А.В.

Бухгалтер о/п Виноградова Л.В.