



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

День 4(Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	15	сыр порциями	25	71,66	4,64	5,9	0	15,65
2.	269	Биточки рубленые с соусом	100(50/50)	206,2	11,35	19	11,5	32,80
3.	303	Каша пшеничная вязкая	200	205	5,6	6,4	30,6	6,50
4.	348	Компот из кураги	200	114,8	0,78	0,05	27,63	7,46
5.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	2,94
		Итого	565	660,66	23,78	31,65	70,03	65,35

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углевод ы	
1.	52	Салат из свеклы	100	171	1,26	15,06	7,65	2,48
2.	88	Щи из свежей капусты с картоф.со сметаной	250/5	98,7	1,83	5,93	7,78	4,91
3.	291	Плов из птицы	300(100/200)	384	30,4	10,11	42,12	48,82
5.	348	Компот из чернослива	200	136	0,57	0	34,41	6,24
6.		Хлеб белый	60	126	2,82	0,6	0,6	4,41
		Итого	915	915,7	36,88	31,7	92,56	66,85

Старший повар _____ *Чертова Н.В.*

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В