

Согласовано:



Утверждаю:



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

День 10 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	65,72	0,1	7,2	0,13	7,79
2.	204	Макаронны отварные с сыром	125/100/20/5	209	8,46	9,95	21,32	19,75
3.	382	Какао с молоком	200	125,11	3,78	0,67	26	8,49
4.		Хлеб пшеничный	40	63	1,41	0,3	0,3	2,94
5.	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	6,30
6.	338	Яблоки св.порциями	100	33,3	0,3	0,3	7,35	6,30
		Итого	545	558,97	19,13	23,02	55,38	51,57

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из белокочанной капусты	100	89	2,6	7,3	3,2	2,67
2.	106	Суп картофельный рыбный	250/25	126	5,9	3,6	19,8	9,35
3.	280	Фрикадельки из говядины, тушенные в	100(50/50)	140	8,83	8,63	7,54	34,53
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	205	5,6	6,4	30,6	6,50
5.	348	Компот из изюма	200	128	0,36		33,16	3,94
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	91,96	2,24	0,44	19,78	4,41
		Итого	935	779,96	25,53	26,37	114,08	61,40

Старший повар

Чертова А.В.

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В