

УТВЕРЖДАЮ

С.Н. Бардасова

МАУ КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: Дети от 7 от 11 лет

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Каша "Дружба"	200	19,76	4,97	13,61	23,62	237	Я300061
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	7,77	0,15	0,14	25,36	103	К000342
Бутерброд с сыром	60	28,25	7,93	13,87	19,06	233	КК00003
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	Л000338
Всего в Завтрак		72,78	13,8	27,88	75,41	608	
Обед							
Чай с соком	200	9,88	0,59	0,09	15,02	63	Я300161
Салат из белокачанной капусты с морковью	60	3,53	1	6,1	5,8	82	Я100009
Борщ с капустой и картофелем	200	18,92	4,62	10,7	9,79	154	К000082
Макароны отварные	180	11,56	6,05	8,83	38,93	259	Ю300066
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Тефтели в сметанно-томатном соусе	100	34,27	4,93	17,51	7,49	207	К000333
Всего в Обед		82,03	21,81	44,19	99,68	881	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.

УТВЕРЖДАЮ
С.Н. Бардасова

ИАУ КШП "Альтернатива"

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)

Сезон: **Осенне-зимний**
Возрастная категория: **Дети 12 лет и старше**

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Стоимость	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
Каша "Дружба"	200	12,28	5	6,9	23,9	178	Я200060
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	7,77	0,15	0,14	25,36	103	К000342
Бутерброд с сыром	60	28,25	7,93	13,87	19,06	233	КК00003
Плоды или ягоды свежие (мандарины)	100	17,00	0,75	0,26	7,37	35	Л000338
Всего в Завтрак		65,30	13,83	21,17	75,69	549	
Обед							
Салат из белокачанной капусты с морковью	100	5,86	1,6	10,1	9,6	136	Я300009
Макароны отварные	200	11,84	6,72	8,9	43,24	280	Я300066
Чай с сахаром	200	2,92	0,38	0,09	13,7	57	Я100159
Борщ с капустой и картофелем	250	21,13	5,25	10,65	11,4	162	К000082
Хлеб ржано-пшеничный	60	3,87	4,62	0,96	22,65	116	Х300242
Тефтели в сметанно-томатном соусе	100	34,27	4,93	17,51	7,49	207	К000333
Всего в Обед		79,89	23,5	48,21	108,08	958	

Стоимости рассчитаны по ценам на продукты последнего прихода.