



УТВЕРЖЕНО

УТВЕРЖАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Е.В. Мефодьева

Опционное организационное двухнедельное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений г. Новочеркасска

Меню на 1 день

Возрастная категория : 7-11 лет

	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал
	ЗАВТРАК						
97*	Сыр порциями	12,00	10	2,45	2,85	0,1	36,8
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	26,00	250/5	12,16	14,93	36,62	321
685*	Чай с сахаром	6,00	200	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Хлеб пшеничный	6,00	50	3,8	0,4	24,3	119
	ИТОГО	50,00	515	18,6	18,2	76,0	533,8
	ОБЕД						
ТТК	Яблоко	16,00	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК	Суп с рыбными консервами	20,00	200	3,8	5	6,8	69,2
508*	Гречка отварная рассыпчатая	12,00	150	8,06	7,62	48,08	271
ТТК	Биточек из филе кур с овощами в красном соусе	50,00	100(60/40)	9,3	7,7	6,4	116,3
639*	Компот из сухофруктов	6,00	200	0,44		20,88	116
ПР	Хлеб ржаной	3,00	30	1,17	0,13	12,9	36,75
ПР	Хлеб пшеничный	3,00	30	2,4	0,3	14,9	69,3
	ИТОГО	110,00	815	25,57	21,2	119,8	725,6
	ПОЛДНИК						
ТТК	Пирожок с картофелем луком	25,00	100	4,70	4,90	30,90	182,70
ТТК	Сок яблочный	25,00	200	2,5	0,2	20,2	48
	ИТОГО	50,00	300	7,20	5,10	51,10	230,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	210,00	1630	51,38	44,5	246,9	1490,1

Возрастная категория : с 12 лет и старше

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал
	ЗАВТРАК						
97*	Сыр порциями	16,00	15	3,67	4,27	0,22	54,3
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	32,00	280/5	13,93	16,44	53,6	375
685*	Чай с сахаром	6,00	200	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Хлеб пшеничный	6,00	50	5,3	2,3	21,8	137
	ИТОГО	60,00	550	23,1	23,1	90,6	623,3
	ОБЕД						
ТТК	Яблоко	16,00	100	0,4	0,4	9,8	47
ТТК	Суп с рыбными консервами	30,00	250	4,8	6,8	8,5	86,5
508*	Гречка отварная рассыпчатая	22,00	180	9,1	8,2	49,8	268,4
ТТК	Биточек из филе кур с овощами в красном соусе	50,00	100(60/40)	9,3	7,7	6,4	116,3
639*	Компот из сухофруктов	6,00	200	0,44		20,88	116
ПР	Хлеб ржаной	3,00	30	1,17	0,13	12,9	36,75
ПР	Хлеб пшеничный	3,00	30	2,4	0,3	14,9	69,3
	ИТОГО	130,00	895	27,6	23,5	123,2	740,3
	ПОЛДНИК						
ТТК	Пирожок с картофелем луком	25,00	100	4,70	4,90	30,90	182,70
ТТК	Сок яблочный	25,00	200	2,5	0,2	20,2	48
	ИТОГО	50,00	300	7,20	5,10	51,10	230,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	240,00	1745	57,9	51,7	264,9	1594,3