



ОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Атешовская»

Е.В. Месфольева

Организационное двухнедельное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений г. Новочебоксарск

МЕНЮ НА 2 день

Возрастная категория : 7-11 лет

|      |                                                      | Возрастная категория : 7-11 лет |             |                  |              |               |               |
|------|------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| СБ   | Наименование блюда                                   | Цена (руб)                      | Выход (гр)  | Пищевая ценность |              |               |               |
|      |                                                      |                                 |             | белки            | жиры         | углеводы      | ккал          |
|      | <b>ЗАВТРАК</b>                                       |                                 |             |                  |              |               |               |
| 96*  | Масло сливочное                                      | 12,00                           | 10          | 0,08             | 7,25         | 0,13          | 66,1          |
| 302* | Каша молочная пшениная с маслом сливоч.              | 26,00                           | 250/5       | 13,72            | 10,09        | 33,66         | 314           |
| 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           |
|      | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>50,00</b>                    | <b>515</b>  | <b>17,80</b>     | <b>17,79</b> | <b>73,10</b>  | <b>556,10</b> |
|      | <b>ОБЕД</b>                                          |                                 |             |                  |              |               |               |
| ТТК  | Помидор порцион.                                     | 13,00                           | 60          | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 12,84         |
| 142* | Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне со сметан. | 23,00                           | 200/5       | 3,5              | 2,48         | 20,91         | 154,01        |
| 508* | Рис отварной рассыпчатый                             | 13,00                           | 150         | 3,2              | 1,6          | 43,3          | 195,9         |
| ТТК  | Котлеты из говядины и курин.филе в томатном соусе    | 50,00                           | 100(60/40)  | 17,6             | 18,6         | 3,41          | 236,5         |
| 638* | Компот из изюма                                      | 5,00                            | 180         | 3,5              | 6,85         | 33,77         | 266           |
| 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          |
|      | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>110,00</b>                   | <b>755</b>  | <b>32,0</b>      | <b>30,1</b>  | <b>131,5</b>  | <b>971,3</b>  |
|      | <b>ПОЛДНИК</b>                                       |                                 |             |                  |              |               |               |
| ТТК  | Булочка с корицей                                    | 20,00                           | 100         | 6,5              | 4,2          | 67,3          | 293,00        |
| ПР   | Кондитерское изделие (печенье)                       | 24,00                           | 56          | 5,42             | 21,39        | 68,97         | 486,00        |
| ТТК  | Напиток апельсиновый                                 | 6,00                            | 200         | 0,2              | 0,04         | 25,73         | 86            |
|      | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>50,00</b>                    | <b>356</b>  | <b>12,12</b>     | <b>25,63</b> | <b>162,00</b> | <b>865,00</b> |
|      | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                                 | <b>210,00</b>                   | <b>1626</b> | <b>61,95</b>     | <b>73,5</b>  | <b>366,6</b>  | <b>2392,4</b> |

Возрастная категория : с 12 лет и старше

| Возрастная категория : с 12 лет и старше |                                                      |               |             |                  |              |               |               |
|------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------|-------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| СБ                                       | Наименование блюда                                   | Цена (руб)    | Выход (гр)  | Пищевая ценность |              |               |               |
|                                          |                                                      |               |             | белки            | жиры         | углеводы      | ккал          |
|                                          | <b>ЗАВТРАК</b>                                       |               |             |                  |              |               |               |
| 96*                                      | Масло сливочное                                      | 20,00         | 15          | 0,12             | 10,87        | 0,19          | 99,15         |
| 302*                                     | Каша молочная пшениная с маслом сливоч.              | 28,00         | 280/5       | 15,96            | 14,07        | 40,5          | 355           |
| 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           |
|                                          | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>60,00</b>  | <b>550</b>  | <b>20,08</b>     | <b>25,39</b> | <b>80,00</b>  | <b>630,15</b> |
|                                          | <b>ОБЕД</b>                                          |               |             |                  |              |               |               |
| ТТК                                      | Помидор порцион.                                     | 21,00         | 100         | 1,1              | 0,2          | 3,8           | 21,4          |
| 142*                                     | Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне со сметан. | 30,00         | 250/5       | 4,35             | 3,08         | 24,01         | 191,57        |
| 508*                                     | Рис отварной рассыпчатый                             | 18,00         | 180         | 4,6              | 2            | 57,8          | 261,2         |
| ТТК                                      | Котлеты из говядины и курин.филе в томатном соусе    | 50,00         | 100(60/40)  | 17,6             | 18,6         | 3,41          | 236,5         |
| 638*                                     | Компот из изюма                                      | 5,00          | 180         | 3,5              | 6,85         | 33,77         | 266           |
| 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          |
|                                          | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>130,00</b> | <b>875</b>  | <b>34,7</b>      | <b>31,2</b>  | <b>150,6</b>  | <b>1082,7</b> |
|                                          | <b>ПОЛДНИК</b>                                       |               |             |                  |              |               |               |
| ТТК                                      | Булочка с корицей                                    | 20,00         | 100         | 6,5              | 4,2          | 67,3          | 293,00        |
| ПР                                       | Кондитерское изделие (печенье)                       | 24,00         | 56          | 5,42             | 21,39        | 68,97         | 486,00        |
| ТТК                                      | Напиток апельсиновый                                 | 6,00          | 200         | 0,2              | 0,04         | 25,73         | 86            |
|                                          | <b>ИТОГО</b>                                         | <b>50,00</b>  | <b>356</b>  | <b>12,12</b>     | <b>25,63</b> | <b>162,00</b> | <b>865,00</b> |
|                                          | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                                 | <b>240,00</b> | <b>1781</b> | <b>66,9</b>      | <b>82,2</b>  | <b>392,6</b>  | <b>2577,9</b> |