

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.В. Мельникова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлантеская»

Е.В. Мельникова

МЕНЮ НА 10 дней	Наименование блюда	Возрастная категория: 1-3 года					Возрастная категория: 3-7 лет						
		Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
				белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК												
302*	Капша молочная с мясом сливочным	14,00	180/5	5,59	8,6	38,3	262,4	14,00	180/5	5,59	8,6	38,3	262,4
693*	Какао с молоком	7,00	180	3,41	2,88	23,22	128,7	7,00	180	3,41	2,88	23,22	128,7
97*	Сыр порезанный	8,00	8	0,08	7,25	0,13	66,1	8,00	8	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	2,50	30	1,52	0,16	9,72	47,6	2,50	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	ИТОГО	31,50	403,00	10,60	18,89	71,37	504,80	31,50	403,00	10,60	18,89	71,37	504,80
	ЗАВТРАК 2												
ПР	Кефир	13,00	100	4,10	2,00	5,30	56,00	13,00	100	4,10	2,00	5,30	56,00
	ИТОГО	13,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00	13,00	100,00	4,10	2,00	5,30	56,00
	ОБЕД												
15*	Огушен свежий порцион.	10,00	50	0,3	0,05	1,4	7,5	10,00	50	0,3	0,05	1,4	7,5
142*	Расолник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	16,00	180/5	2,25	5,44	24,95	183,8	16,00	180/5	2,25	5,44	24,95	183,8
516*	Макаронны отварные	7,00	140	5,6	5,06	3,4	204,02	7,00	140	5,6	5,06	3,4	204,02
471*	Фрикадельки из говядины с соусом томат.	20,00	40/30	11,13	5,57	5,36	92,72	20,00	40/30	11,13	5,57	5,36	92,72
ПР	Хлеб ржаной	2,50	30	4,4	0,8	21,8	112,2	2,50	30	4,4	0,8	21,8	112,2
ГПК	Напиток апельсиновый	5,00	180			20,50	77,40	5,00	180			20,50	77,40
	ИТОГО	60,50	655,00	23,68	16,92	108,01	677,64	60,50	655,00	23,68	16,92	108,01	677,64
	ПОЛДНИК												
269*	Зап. каша с творогом с морковью со сливками с сахаром	27,00	100/30	7,38	5,65	23,10	167,30	27,00	100/30	7,38	5,65	23,10	167,30
685	Чай с сахаром	3,00	180	0,24		12,60	50,40	3,00	180	0,24		12,60	50,40
	ИТОГО	30,00	310,00	7,62	5,65	35,70	217,70	30,00	310,00	7,62	5,65	35,70	217,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	135,00	1468,00	46,00	43,46	220,38	1456,14	135,00	1468,00	46,00	43,46	220,38	1456,14

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных учреждениях под редакцией В.Т. Тапшовой «Хлебпроизводство М-2004»

** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мокитского «М.Детрит, 2005, 628 с.»

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных учреждениях под редакцией М.П. Мокитского и Т.В. Тукаева «М.Детрит, 2005, 584 с.»