



МЕНЮ  
ДАТА: 01.12.15

| 1 день 2 неделя                                   |                 |                  |         |             |                               |
|---------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                                                   |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                              | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным          | 150             | 5,70             | 6,40    | 27,80       | 196,00                        |
| Чай с сахаром и лимоном                           | 200             | 0,30             | 0,00    | 12,60       | 52,10                         |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Йогурт в индивидуальной упаковке                  | 125             | 4,00             | 3,10    | 13,80       | 97,50                         |
| Итого за прием пищи:                              | 535             | 16,90            | 16,10   | 75,10       | 519,00                        |
| Обед (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец соленый кусочком                           | 60              | 0,50             | 0,06    | 1,00        | 7,80                          |
| Суп из овощей с птицей и сметаной                 | 215             | 4,40             | 3,20    | 8,70        | 83,50                         |
| Котлеты, биточки, шницели (особые)                | 90              | 12,70            | 16,80   | 10,60       | 257,40                        |
| Рис отварной                                      | 150             | 3,70             | 6,30    | 32,80       | 203,00                        |
| Сок фруктовый                                     | 200             | 1,40             | 0,20    | 26,40       | 113,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Итого за прием пищи:                              | 775             | 26,90            | 27,56   | 107,10      | 802,30                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                      |                 |                  |         |             |                               |
| Огурец соленый кусочком                           | 100             | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 13,00                         |
| Суп из овощей с птицей и сметаной                 | 265             | 5,40             | 3,90    | 10,70       | 102,90                        |
| Котлеты, биточки, шницели (особые)                | 100             | 14,10            | 18,70   | 11,80       | 286,00                        |
| Рис отварной                                      | 180             | 4,40             | 7,60    | 39,40       | 243,60                        |
| Сок фруктовый                                     | 200             | 1,40             | 0,20    | 26,40       | 113,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Итого за прием пищи:                              | 905             | 30,30            | 31,50   | 117,60      | 896,10                        |

Заведующий производством (Буфетчик)