

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Дата: \_\_\_\_\_

### ДЕНЬ 5

### МЕНЮ (5-11 класс льготная категория)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептуры
<b>Обед</b>			
250	<b>Рассольник ленинградский (кр. перловая)</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, сметана, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-21	96
90	<b>Котлеты из курицы.</b> <i>филе грудки, молоко, хлеб пшеничный, сухари панирочные, масло растительное, соль.</i>	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-14	54,01
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	299,01
36	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	302
200	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	Калорийность-104, Белки-1, Углеводы-24	389
80	<b>Капуста тушеная,</b> <i>капуста белокачанная, томат-паста, масло растительное, лук репчатый, сахар-песок, морковь, мука пшеничная в с, соль.</i>	Калорийность-74, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-9	139
125	<b>Картофель и овощи, тушенные в</b> <i>картофель, соус сметанный, масло растительное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, соль.</i>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-21	142

Итого за Обед Калорийность-891, Белки-33, Жиры-23, Углеводы-135

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

### МЕНЮ (Платное питание)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептуры
<b>Обед</b>			
250	<b>Рассольник ленинградский (кр. перловая)</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, сметана, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-151, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-21	96
150	<b>Картофель и овощи, тушенные в соусе.</b> <i>картофель, соус сметанный, масло растительное, морковь, лук репчатый, лист лавровый, соль.</i>	Калорийность-199, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-25	142,01
90	<b>Котлеты из курицы.</b> <i>филе грудки, молоко, хлеб пшеничный, сухари панирочные, масло растительное, соль.</i>	Калорийность-169, Белки-19, Жиры-4, Углеводы-14	54,01
67	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-158, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-33	299,01
200	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	Калорийность-104, Белки-1, Углеводы-24	389
105	<b>Яблоки свежие</b>	Калорийность-49, Углеводы-10	500,03
Итого за Обед		Калорийность-830, Белки-31, Жиры-21, Углеводы-127	

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар \_\_\_\_\_