

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Дата: _____

ДЕНЬ 8

МЕНЮ (5-11 класс льготная категория)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептуры
Обед			
250	Борщ с капустой и картофелем <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сметана, сахар-песок, мука пшеничная в/с, соль</small>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15	82
160/10	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-290, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-41	171
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-30	299,01
40	Хлеб ржаной	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	302
20	Печенье	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14	475
100/62	Мясо, жаренное крупным куском (курица). <small>филе грудки, соус молочный (для подачи к блюду), масло растительное.</small>	Калорийность-166, Белки-23, Жиры-7, Углеводы-3	247,01
200	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-104, Белки-1, Углеводы-24	389
Итого за Обед		Калорийность-995, Белки-43, Жиры-26, Углеводы-145	

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
Обед			
250	Борщ с капустой и картофелем <small>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сметана, сахар-песок, мука пшеничная в/с, соль</small>	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-15	82
160/10	Каша рассыпчатая гречневая с маслом <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-290, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-41	171
80/50	Мясо, жаренное крупным куском (курица) <small>филе грудки, соус молочный (для подачи к блюду), масло растительное.</small>	Калорийность-129, Белки-18, Жиры-5, Углеводы-2	247
68	Хлеб пшеничный	Калорийность-160, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-34	299,01
180	Йогурт питьевой	Калорийность-162, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-26	386
Итого за Обед		Калорийность-862, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-117	

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар _____