

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Дата: _____

ДЕНЬ 2

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 зеленый <small>картофель, щавель консервированный, свекла, лук репчатый, масло растительное, яйца куриные, сметана, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16	85
160/10	Каша рассыпчатая рисовая с маслом <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-251, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-40	171
90/15	Рыба, запеченная с сыром и луком (минтай). <small>минтай (филе мороженное), лук репчатый, сыр твердый, масло растительное, соль, лимонная кислота</small>	Калорийность-171, Белки-16, Жиры-11, Углеводы-5	234,06
70	Хлеб пшеничный	Калорийность-165, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-34	299,01
46	Хлеб ржаной	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23	302
222	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимоны, чай.</small>	Калорийность-62, Углеводы-15	377

Итого за Обед Калорийность-888, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-133

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 зеленый <small>картофель, щавель консервированный, свекла, лук репчатый, масло растительное, яйца куриные, сметана, мука пшеничная в/с, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16	85
58	Хлеб пшеничный	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29	299,01
222	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимоны, чай.</small>	Калорийность-62, Углеводы-15	377
100	Икра свекольная <small>свекла, томат-паста, лук репчатый, масло растительное, сахар-песок, соль</small>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-14	75
125	Картофель и овощи, тушенные в соусе <small>картофель, соус сметанный, масло растительное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, соль</small>	Калорийность-169, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-21	142
90	Котлета рыбная (горбуша). <small>горбуша, хлеб пшеничный, яйца куриные, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-162, Белки-17, Жиры-7, Углеводы-9	234,03

Итого за Обед Калорийность-803, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-103

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар _____