

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Михайлов Н.Г.

Дата: _____

ДЕНЬ 9

МЕНЮ (5-11 класс льготная категория)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептуры
Обед			
220	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>картофель, филе свинки, лук репчатый, морковь, яйца куриные, томат-паста, масло растительное, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-141, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-16	104
160/10	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом <i>крупа пшеничная "артек", масло сливочное, соль</i>	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-41	171
58	Хлеб пшеничный	Калорийность-136, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-29	299,01
40	Хлеб ржаной	Калорийность-93, Белки-2, Углеводы-20	302
90	Оладьи из печени <i>печень говяжья, хлеб пшеничный, масло растительное, масло сливочное</i>	Калорийность-246, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-11	282
200	Чай с сахаром. <i>сахар-песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	376
120	Яблоки свежие	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12	500,03
Итого за Обед		Калорийность-1 001, Белки-40, Жиры-29, Углеводы-144	
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	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>картофель, филе свинки, лук репчатый, морковь, яйца куриные, томат-паста, масло растительное, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-160, Белки-12, Жиры-4, Углеводы-19	104
46	Хлеб пшеничный	Калорийность-108, Белки-4, Углеводы-23	299,01
200	Компот из смеси сухофруктов <i>сахар-песок, сухофрукты</i>	Калорийность-115, Углеводы-28	349
60	Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук репчатый, сахар-песок, масло растительное</i>	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	47
125/6	Макаронные изделия отварные с маслом. <i>макаронные изделия высшего сорта, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-183, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-29	203,01
63/5	Ромштекс (курица) <i>филе свинки, сухари панировочные, масло растительное, масло сливочное, яйца куриные, соль</i>	Калорийность-209, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-7	253
Итого за Обед		Калорийность-827, Белки-40, Жиры-25, Углеводы-110	
Итого стоимость комплексного обеда:			153,00

Повар _____