



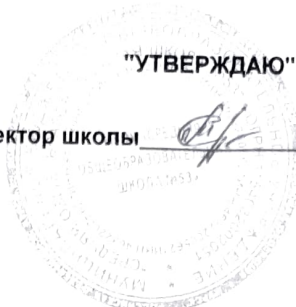
"СОГЛАСОВАНО"

Для
ИП
Шашенкова Л.Н.
Людмила Николаевна
Документ

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

"УТВЕРЖДАЮ"



МЕНЮ

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	100	0,8	3,6	2,9	48,6	23
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	200	23,8	23,1	20,7	386,6	259
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	200	3,1	2,4	17,2	103,5	379
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	50	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	500	550	30,3	29,5	57,8	620,3	
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	250	1,5	4,1	8,8	77,4	99
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	250	12,1	6,1	19,6	184,0	502
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	60	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	750	920	22,0	15,9	96,4	617,5	
Полдник							
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ОЛАДЬИ С ЯБЛОКОМ	100	150	4,4	8,6	28,4	209,1	403
Итого за прием пищи:	300	350	8,3	11,9	45,1	322,3	
Всего за день:			60,6	57,3	199,3	1560,1	

Зав. производством _____

Юлия