



Согласовано: М.И. Мещеряков
 директор

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепта | Цена руб |
|---|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| День 1 /неделя 1: Понедельник | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | 12-18 лет | | |
| Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром | 250 | 6,34 | 7,66 | 47,5 | 284,31 | 182/2017м | 35 |
| Бутерброд с сыром (40/5/15) | 60 | 6,69 | 8,38 | 19,33 | 180,27 | 3/2017м | 27 |
| Фрукты по сезону | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 338/2017м | 24 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,8 | 2,9 | 11,3 | 86,5 | 54-23гн/2022н | 15 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 116,9 | 701/2010м | 3,83 |
| Итого за _Завтрак | 710 | 21,38 | 20,04 | 116,98 | 738,48 | | 104,83 |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону нарезке (огурец) | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10 | 70/2017м | 20 |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,80 | 4,93 | 10,94 | 95,33 | 54-28с/2022н | 15 |
| Биточки мясные | 100 | 11,92 | 16,83 | 10,84 | 242,56 | 268/2017м | 35 |
| Каша рассыпчатая, гречневая | 180 | 9,96 | 7,56 | 43,20 | 280,44 | 171/2017м | 15 |
| Компот из яблок свежих | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,60 | 342/2017 | 12 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 93,52 | 701/2010м | 4,83 |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 | 702/2010м | 3 |
| Итого за Обед | 900 | 29,48 | 30,31 | 128,70 | 905,42 | | 104,83 |
| Всего за Понедельник | 1610,00 | 50,86 | 50,35 | 245,68 | 1643,90 | | |