

Согласовано: **МАСА М. Сафар**  
 директор  
 «18.10.2021 года Сафарова Ч.И.»

«Бизнес Консалтинг»  
 Утверждено  
 Директор ООО Бизнес Консалтинг  
 /Корголюкко Б.Ю.

| Наименование блюда                                      | Вес блюда      | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рец.        | цена рубли    |
|---|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|
|   |                | Б                    | Ж            | У             |                                |               |               |
| День 3/неделя 1: Среда                                  | 12-18 лет      | 12-18 лет            | 12-18 лет    | 12-18 лет     | 12-18 лет                      |               |               |
| <b>Завтрак</b>  |                |                      |              |               |                                |               |               |
| Яйца вареные  | 40             | 5,08                 | 4,60         | 0,28          | 63,00                          | 209/2017м     | 24            |
| Запеканка рисовая с творогом и молоком ступенным 170/30 | 200            | 11,53                | 11,94        | 44,31         | 330,86                         | 54-2н/2022н   | 45            |
| Фрукты по сезону  | 150            | 0,60                 | 0,60         | 14,70         | 70,50                          | 338/2017м     | 24            |
| Чай каркаде   | 200            | 0,16                 | 0,08         | 7,18          | 30,08                          | 54-45гн/2022н | 12            |
| Хлеб пшеничный йодированный                             | 40             | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м     | 3,73          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                 | <b>630</b>     | <b>20,53</b>         | <b>17,62</b> | <b>85,79</b>  | <b>587,96</b>                  |               | <b>108,73</b> |
| <b>Обед</b>   |                |                      |              |               |                                |               |               |
| Закуска из овощей (икра кабачковая)                     | 100            | 2,73                 | 4,70         | 14,54         | 111,00                         | 101/2004л     | 20            |
| Суп гороховый   | 250            | 4,23                 | 4,50         | 13,55         | 111,65                         | 54-25с/2022н  | 19            |
| Жаркое по домашнему                                     | 250            | 20,91                | 14,13        | 31,75         | 337,77                         | 288/2017м     | 47            |
| Компот из смеси сухофруктов                             | 200            | 0,50                 | 0,00         | 19,80         | 81,00                          | 54-1нн/2022н  | 15            |
| Хлеб пшеничный йодированный                             | 40             | 3,16                 | 0,4          | 19,32         | 93,52                          | 701/2010м     | 4,73          |
| Хлеб ржано-пшеничный йодированный                       | 30             | 1,68                 | 0,33         | 14,82         | 68,97                          | 702/2010м     | 3             |
| <b>Итого за Обед</b>                                    | <b>870</b>     | <b>33,21</b>         | <b>24,06</b> | <b>113,78</b> | <b>803,91</b>                  |               | <b>108,73</b> |
| <b>Всего за Среду</b>                                   | <b>1500,00</b> | <b>53,74</b>         | <b>41,68</b> | <b>199,57</b> | <b>1391,87</b>                 |               |               |