

МЕНЮ

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 20

Сезон: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп- туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (в гр.)			Энерг етичес кая ценно сть (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
3	Бутерброд с сыром	25/25	14	44	42	315	14	0.2	4	2.42	21.8	18.1	48	6
258	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5.59	5.87	21.34	161	0.02	0.3	20	0.2	80.7	67.3	10.1	0.2
658	Шницель из говядины с маслом сливочным	75/5	16.64	16.2	6.09	212	0.06	1.7	71	0.7	28.7	174.4	20.5	2.4
753	Макароны отварные	150	5.38	6.03	32.98	202	0.05	0	0	0	5	0	0	7.812
933	Компот из с/ф	200	0.89	0	29.12	116	0.003	0.2	100	0	12.6	19.8	9.7	0.3
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	ИТОГО		46.86	72.83	159.81	1142	46.14	2.4	201.6	594	154.8	313.6	202.3	25.712

Директор

Зав. производством



И.Н. Владимирова
И.В. Взорова

И.Н. Владимирова

И.В. Взорова

МЕНЮ

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 20

Сезон: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп- туры	Прием пищи. Наименование блюда	Мас са порц ии	Пищевые вещества (в гр.)			Энерг етичес кая ценно сть (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
81	Салат из свежей капусты	100	2.76	2.6	12.72	82	0.066	32.7	53	0	45	32	10	0.59
233	Суп с макар.изделиями и курой	250/ 25	5.05	8.5	18.5	201	0.028	1.45	11	0.17	23.1	24	23.3	0.85
637	Азу	250/ 50	23.04	21.57	37.59	525	0.03	15	0.015	0.15	55.5	64.5	33	2.1
1024	Кофейный напиток с молоком	200	3	2.4	23.11	115	0.02	0.2	0.1	0.3	49.4	37.2	10	0.3
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	ИТОГО		38.21	35.8	119.45	1059	32.144	49.35	70.715	3.24	175	170.1	179.3	12.84

Директор
Зав. производством



И.Н. Владимирова
И.В. Взорова

МЕНЮ

День: ЧЕТВЕРГ

Неделя: 20

Сезон: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
215	Суп картофельный с курой	250/25	5	4.58	16.2	145	0.06	6	200	0.09	11.1	36.3	14.8	0.6
642	Плов с говядиной	250	39.2	37.5	89.7	858	0.06	0.8	500	4.4	40.4	63.1	40.7	1.6
1008	Чай сладкий	200	0.24	0.05	15.4	59	0	0	0	0	0	0	0	0
1091	Пирог с мармеладом	75	3.83	4.17	78.28	167	0.3	0.7	30	2.7	28.1	2.7	17.8	1.8
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	ИТОГО		52.63	47.03	227.3	1364	32.42	75	736.6	9.81	81.6	136.1	157.3	13

Директор
Зав. производством



И.Н. Владимирова
И.В. Взорова

МЕНЮ

День: среда

Неделя: 20

Сезон: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
8	Бутерброд с колбасой	30/30	15	38	47	275	0.17	0	2.2	2.3	13	60	57	0.6
197	Щи из свежей капусты с курой и со сметаной	250/25/5	9.7	13.4	11.6	220	0.02	6.2	70	0.3	22	76	10	0.3
1085	Оладьи с повидлом	150/20	7.8	12	39.4	326	0.3	0.4	85	1.9	92	88.7	13.7	0.6
	Йогурт фруктовый	200	6	6	30	160	0.05	0.96	0.02	0.01	198.4	95	15	0.2
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	ИТОГО		42.86	70.13	155.98	794.26	32.54	7.56	163.82	7.13	327.4	353.7	209.7	10.7

Директор

Зав. производством

И.Н. Владимирова

И.В. Взорова



МЕНЮ

День: ВТОРНИК

Неделя: 20

Сезон: _____

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп- туры	Прием пищи. Наименование блюда	Мас- са порц- ии	Пищевые вещества (в гр.)			Энерг- етичес- кая ценно- сть (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
131	Икра свекольная	75	0.8	2.5	7.5	53	0.02	10	0.01	0.1	37	43	22	1.4
225	Суп картофельный с рыбными консервами	250	8.41	7.13	24.64	211	0.08	0.4	0.1	0.02	37	116	8	0.7
697	Кура отварная с маслом сливочным	75/5	18.76	24.9	30.02	272	0.12	3.6	100	2.2	63	214	32.4	2.4
747	Рис отварной	150	5.66	6.05	33.98	212	0.15	0	0.75	0.3	36	2.4	0	0
1024	Кофейный напиток с молоком	200	3	2.4	23.11	115	0.02	0.2	0.1	0.3	49.4	37.2	10	0.3
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	ИТОГО		40.99	43.71	147.23	999	32.39	14.2	107.56	6.54	191.1	446.6	186.4	13.6

Директор
Зав. производством



И.Н. Владимирова
И.В. Взорова