

1 неделя



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики с вишневым фаршем	215	9,4	11,9	77,4	450,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Джем порционный	20			13,6	56,4
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		10,0	12,4	112,8	603,4
Обед					
Суп картофельный с горохом и курой	300/10	8,9	2,9	9,9	142,4
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/30	9,7	16,7	9,9	229,5
Макароны отварные	180	6,6	5,4	31,5	200,5
Компот из клубники	200	0,1	0,1	27,8	115,0
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Стоимость комплекса 65 руб.		29,3	32,9	118,3	887,3
Полдник					
Молоко асид. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,7	56,6	278,4	1 894,9

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.



1 неделя

 Результат

МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Мясной	90	12,2	22,4	11,7	303,3
Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,2	136,1
Огурец свежий	45	0,3		0,9	4,8
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,1	159,6
Стоимость комплекса 65 руб.		19,3	33,5	69,9	663,8
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами	200	4,3	2,6	19,8	120,3
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Рис отварной	200	4,8	5,6	49,6	269,2
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,8	20,6	126,0	798,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,7	65,2	252,4	1 809,9

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством





МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пирог Манник	170	9,4	26,3	82,7	610,5
Напиток Имунеле	130	2,6	1,5	12,1	74,0
Чай с лимоном	20-115/3	0,1		15,2	62,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		12,6	28,3	121,8	802,9
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	200/10	4,3	5,8	52,0	132,0
Котлета Люкомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Рагу овощное	200	3,6	14,9	17,3	218,8
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	41	2,7	0,5	13,7	71,3
Стоимость комплекса 65 руб.		24,5	40,6	128,2	852,2
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Булочка сахарная	60	4,8	4,8	31,6	189,3
Стоимость комплекса 65 руб.		12,9	14,6	108,1	377,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,0	83,5	358,1	2 032,4

Генеральный директор

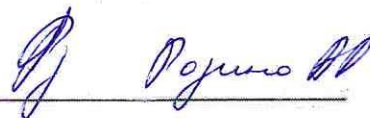
Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.





МЕНЮ

12-18 лет

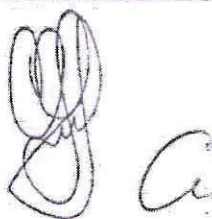
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	9,7	16,7	9,9	229,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,0	38,1	240,0
Огурец свежий	40	0,2		0,8	4,3
Батон йодированный	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Сок фруктовый	200			20,2	88,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Стоимость комплекса 65 руб.		21,1	30,2	91,7	727,8
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,3	10,3	97,0
Плов со свиной	250	18,0	15,0	38,4	364,0
Кукуруза консервированная отварная	15	0,3		1,7	8,7
Напиток из яблок сушеных	200	0,2		17,1	69,9
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,1	159,6
Стоимость комплекса 65 руб.		26,9	26,5	107,9	793,3
Полдник					
Молоко в инд. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,4	68,0	246,9	1 925,3

Генеральный директор

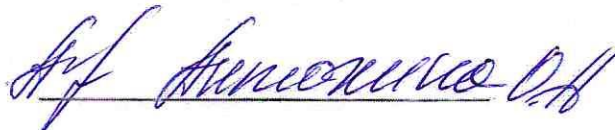
Бухгалтер-калькулятор

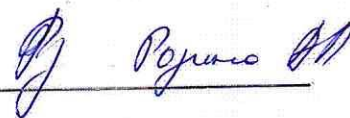
Зав. производством



Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.





МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Птица тушенная в соусе красном осн.	70/50	18,1	17,5	3,3	265,4
Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,2	167,1
Помидор свежий	47	0,7	0,1	1,9	12,4
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Стоимость комплекса 65 руб.		25,9	22,7	56,7	557,3
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	255	2,5	3,2	9,0	75,4
Медальон из курицы	100	20,4	13,9	21,4	296,7
Картофельное пюре	180	3,7	5,7	24,2	163,1
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Булочка сахарная	50	4,6	4,7	30,3	182,1
Стоимость комплекса 65 руб.		33,2	27,8	104,6	807,8
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упак.	200			20,2	88,0
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,7	61,6	217,8	1 713,2

Генеральный директор

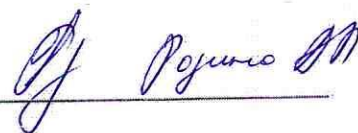
Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.





МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ-6

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины	90	11,4	29,3	11,8	355,7
Картофель отварной	180	3,6	4,6	29,4	178,3
Огурец соленый	35	0,4		0,8	3,9
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Чай с лимоном	200/15/8	0,3		15,2	63,6
Стоимость комплекса 65 руб.		17,7	34,7	71,1	672,2
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	230/10	4,3	5,8	52,0	132,0
Гуляш из свинины	60/50	10,7	25,7	4,5	322,4
Рис отварной	200	4,8	5,6	49,6	269,2
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5
Стоимость комплекса 65 руб.		21,6	37,4	129,5	827,1
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
Стоимость комплекса 65 руб.		5,6	5,0	59,0	313,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44,9	77,1	259,6	1 812,9

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

