





МЕНЮ

Исполнитель с номер меню № 4
Дата: 09.12.2024
Листы: 1
Итого: 1
Возраст для оценки: 3
Возрастная категория: 13 лет и старше

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеб. др.	калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцами соевыми	100	1,17	1,67	4,33	37,00	20,00 P
2.	Маффины из говядины	100	15,54	18,66	8,05	191,86	63,00 P
3.	Макаронные изделия отварные с соусом	200	0,76	6,11	31,32	202,94	22,00 P
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,30	10,00 P
5.	Хлеб пшеничный	40	3,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
6.	Хлеб ржаной	40	3,24	0,43	18,14	80,83	3,00 P
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,01	159,58	12,50 P
Всего:		765	28,03	30,34	133,96	823,81	135,00 P
ОБЕД							
1.	Салат из квашеной капусты	100	1,42	4,17	7,09	71,17	20,00 P
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,30	27,50	281,30	33,00 P
3.	Гуляш из говядины	120	24	23,4	3,96	308,6	75,00 P
4.	Каша ячневая (гречневая)	180	10,62	6,18	59,76	337,14	22,00 P
5.	Компот из сока лимонного	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	40	3,38	0,43	25,30	133,94	3,00 P
7.	Хлеб ржаной	40	3,24	0,43	18,14	80,83	3,00 P
8.	Кондитерский напиток (кофе 2.9%)	200	6,00	6,40	8,31	114,40	30,00 P
Всего:		1150	54,16	48,43	189,28	1407,42	188,00 P
Полдник 2 snacks (закуска)							
1.	Закусочная рисовая с твердым и маслом	210	13,83	13,40	23,97	228,72	
2.	Компот из смеси сушеных фруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
		410	14,49	13,49	55,98	360,21	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервировка компании"



МЕНЮ

Исполнитель с номер меню № 4
Дата: 09.12.2024
Листы: 1
Итого: 1
Возраст для оценки: 3
Возрастная категория: 5-11 лет

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеб. др.	калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцами соевыми	80	0,70	1,00	3,60	22,30	17,00 P
2.	Маффины из говядины	90	15,53	18,67	8,06	191,86	50,00 P
3.	Макаронные изделия отварные с соусом	170	0,65	5,19	26,62	172,50	20,00 P
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,30	10,00 P
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00 P
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50 P
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,93	82,89	10,00 P
Всего:		590	21,61	27,49	88,32	637,28	111,50 P
ОБЕД							
1.	Салат из квашеной капусты	80	1,03	3,01	5,10	51,62	17,00 P
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 P
3.	Гуляш из говядины	100	20,00	19,30	3,30	258,00	68,00 P
4.	Каша ячневая (гречневая)	150	8,83	5,15	39,80	243,75	20,00 P
5.	Компот из сока лимонного	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 P
6.	Хлеб пшеничный	40	3,38	0,29	16,86	89,30	2,50 P
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 P
8.	Кондитерский напиток	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 P
Всего:		950	43,49	38,14	133,93	1063,48	178,50 P
Полдник 2 snacks (закуска)							
1.	Закусочная рисовая с твердым и маслом	160	10,56	10,23	18,30	174,6	
2.	Компот из смеси сушеных фруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	
		360	11,22	10,32	50,31	306,09	

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервировка компании"

