

Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя первая: день 18 октября :



190

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры	Средняя стоимость
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак								
Итого за завтрак								
2-й завтрак								
Итого за 2-й завтрак								
Обед	Мисс. из св. кап	300	3,92	11,33	20,89	194,1	187	24-
	Пюре с мисс	300	19,45	16,42	42,49	404,69	394	85-
	Котлетки из	200	0,16	-	28,44	108,16	585	10-
	Мисс. пш.	120	5,64	0,84	59,46	256,8		5-
	Мисс. гр. пш.	50	3,8	0,3	26,15	116,5		2-
Итого за обед								
Полдник	Сыр. молоко	400	34,0	28,0	224,0	1320		
Итого за полдник								
Ужин								
Итого за ужин								

Шеф-повар

[Signature]

Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя первая: день 13 октября :



140

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры	Ссылка
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак								
Итого за завтрак								
2-й завтрак								
Итого за 2-й завтрак								
Обед	Пассерольная Фасоль	300	5,48	11,42	30,44	260,7		29-
	пюре карто.	200	11,99	21,62	36,03	244,85	209	24-
	бедно кур. зап	120	26,0	11,0	3,0	209,0		50-
	ман. из варен	200			9,99	37,4		11-
	Желе из свек	120	5,64	0,84	59,46	256,8		5-
	Желе из фруктов	50	3,8	0,3	26,15	116,5		2-
Итого за обед								
Полдник	Желе из свек							
	Фрукт пюре	232	8,12	46,4	148,4	1044		
	Сок яблочн	200	1,0	-	23,4	94		36-
Итого за полдник								
Ужин								
Итого за ужин								

Шеф-повар

[Signature]

Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя первая: день 14 октября:



1402

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры	г
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак								
Итого за завтрак								
2-й завтрак								
Итого за 2-й завтрак								
Обед	Хлеб из ед. кан	200	4,34	11,31	29,11	230,25	140	140
	Мясо говяжье	200/5	21,15	11,44	55,50	399,84	685	1680
	К-та рыбная	100	9,58	6,09	10,59	132,8	324	1040
	Сок томатный	100	1,0	-	23,4	94		1500
	Хлеб пш.	100	5,64	0,84	59,46	256,8		1500
	Хлеб гр.	50	3,8	0,3	26,15	116,5		1500
Итого за обед								
Полдник	Йогурт	500	16,5	12,5	26,5	285,0		
Итого за полдник								
Ужин								
Итого за ужин								

Шеф-повар

[Signature]

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Недели первая: день 15 октября :



170

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак							
Итого за завтрак							
2-й завтрак							
Итого за 2-й завтрак							
Обед	Выпечка	100	1,46	10,02	8,9	181,33	60
	Суп карб. с раб. конс	300	5,4	4,5	10,2	103,8	
	Макароны отб	100	4,32	6,44	52,4	284,46	469
	Бисточек	100	24,32	25,42	18,66	360,22	
	Коктейль	100	0,16	-	28,44	108,16	585
	Пюре	110	5,64	0,84	59,46	256,8	
	Пюре	50	3,8	0,3	26,15	116,5	
Итого за обед							
Полдник	Варени	250	10,0	62,5	167,5	1275,0	
	Сок	100	1,0	-	23,4	94	
Итого за полдник							
Ужин							
Итого за ужин							

Шеф-повар

[Signature]

Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя первая: день 16 октября :



120

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак							
Итого за завтрак							
2-й завтрак							
Итого за 2-й завтрак							
Обед	С-т из свеклы	100	3,14	14,29	8,31	65,46	29
	Суп Маниса	300	11,83	16,95	31,45	304,48	218-1040
	пюре картоф.	200	11,99	21,62	36,03	244,85	209
	печень по-евр.	100/50	26,62	14,84	5,08	286,86	198-800
	ман. из варен	200			9,99	34,4	
	Хлеб пшени	120	5,64	0,84	59,46	256,2	
	Хлеб гарм.	50	3,8	0,3	26,15	116,5	
Итого за обед							
Полдник	печенье	200	16,2	31,0	124,2	256,6	
	Сок яблочн	200	1,0	-	23,4	94	
Итого за полдник							
Ужин							
Итого за ужин							

Шеф-повар

[Signature]