



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Школьный	100	14,2	17,3	12,7	277,9
Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,2	167,1
Огурец свежий	55	0,3		1,1	5,9
Чай с лимоном	200/15/5	0,2		15,2	62,6
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Стоимость комплекса 65 руб.		22,2	22,6	69,1	584,2
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Птица тушеная в томатном соусе с овощами	50/50	13,0	14,9	3,4	216,4
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	8,0	50,6	319,3
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	51	3,4	0,6	17,0	88,7
Стоимость комплекса 65 руб.		33,5	28,9	122,3	915,4
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:		70,1	62,8	238,7	1 903,8

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

**МЕНЮ**

12-18 лет

ДЕНЬ 2

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
		10,0	12,4	112,8	603,4
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	255/10	2,8	4,4	12,8	105,3
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	9,7	16,7	9,9	229,5
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,7	242,5
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
		21,5	27,3	123,7	834,9
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
		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		35,1	50,8	293,0	1 786,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	5,4	10,1	39,4	273,0
Какао с молоком витамин.	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Кекс сливочный	71	6,3	9,1	39,0	263,1
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
		16,3	23,1	108,4	711,5
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,7	5,8	19,9	147,7
Гуляш из свинины	50/50	10,7	25,7	4,5	322,4
Каша перловая рассыпчатая	180	5,5	5,1	38,6	227,7
Чай с лимоном	200/15/5	0,2		15,2	62,6
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4
		24,2	37,8	102,6	886,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
		12,9	14,6	107,8	375,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,4	75,5	318,8	1 973,1

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					
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/40	26,8	12,8	42,3	409,3
Батон йодированный	33	2,5	1,0	17,0	86,5
Чай с лимоном	200/15/7	0,3		15,2	63,3
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		30,1	14,3	86,3	615,5
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	255	2,5	5,3	9,0	94,3
Шницель из свинины*	100	12,6	32,6	13,2	396,9
Макароны отварные	200	7,3	6,0	34,9	222,6
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	22	1,5	0,3	7,3	38,3
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,5	44,8	89,7	864,5
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:		70,0	70,4	223,3	1 884,2

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					
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,2	201,5
Помидор свежий	40	0,6	0,1	1,6	10,6
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Печенье Венское	30	1,7	10,4	17,9	166,5
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Стоимость комплекса 65 руб.		21,5	34,7	90,0	771,2
Обед					
Рассольник Ленинградский с курой	250/10	4,5	7,7	12,4	143,0
Жаркое по-домашнему	250	10,1	9,6	41,3	293,2
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	31	2,0	0,4	10,4	53,9
Пирожок с конфитюром	60	3,5	1,4	34,6	164,0
Стоимость комплекса 65 руб.		20,7	19,1	130,7	787,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		45,8	64,9	277,2	1 906,3

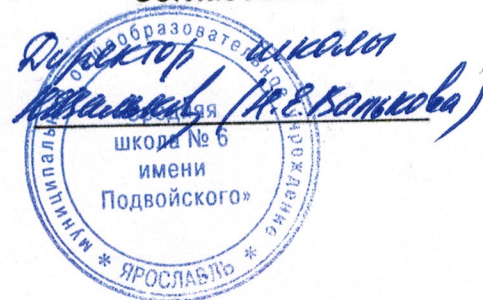
Генеральный директор

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					
Бризоль куриная	90	20,0	15,0	5,5	245,3
Картофельное пюре	180	3,7	5,7	24,3	163,3
Огурец свежий	37	0,2		0,7	3,9
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Джем порционный	20			13,6	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,9	21,4	72,0	594,4
Обед					
Суп крестьянский вегет.	250	1,9	4,4	14,5	107,1
Печень по-строгановски	50/50	13,2	11,2	3,5	184,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,6	287,8
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	95,8
Стоимость комплекса 65 руб.		29,7	27,0	102,6	791,2
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
Стоимость комплекса 65 руб.		12,9	14,6	107,8	375,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		68,5	63,0	282,4	1 761,2

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.