

ООО "КУЛИНАР"



и.о. директора *И. В. Курмагетов*
 СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР УЧРЕЖДЕНИЯ

ДАТА: *02.07.2019*

(лист 8)

Рацион: школьники 7-11 лет 2 вариант

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	79-00						
	Огурец консервированный 40 доп. гарнир ко второму блюду	40			4	19	151,07
	Рис отварной с овощами 150	150	6	4	49	213	457
	Наггетсы куриные п/ф 60	60	8	10	9	160	326,01
	Чай с джемом	185/15			11	41	430
	Батон йодированный 50	50	4	1	27	89	28,1
Итого за Завтрак		500	18	15	100	522	
Обед	118-52						
	Салат из моркови и яблок 60	60	1	3	6	23	40,02
	Щи по-уральски (с крупой) 200 на бульоне	200	2	4	5	63	99,04
	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	7	5	31	196	259,01
	Котлета куриная п/ф с соусом 60/30	90	12	5	44	266	
	Кисель Витошка	200			18	70	609
	хлеб пшеничный 50	50	4		25	118	28,03
хлеб ржаной 25	25	1		11	53	32,05	
Итого за Обед		775	27	17	140	789	
Полдник	59-27						
	Печенье 20	20	4	2	13	90	
	Сок в ассортименте 150	150	1		14	57	682,01
	Мандарин 130	130	1		10	89	811,02
Итого за Полдник		300	6	2	37	236	
Итого за день		1 575	51	34	277	1547	

Зав. столовой

Лавров А. В.

ООО "КУЛИНАР"


 и.о. директора И.В. Кухтаева
 СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР УЧРЕЖДЕНИЯ

ДАТА

Листей № 2

(лист 9)

Рацион: школьники 12 лет и старше 2 вариант

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	118-52						
	Огурец консервированный 90 доп. гарнир ко второму блюду	90	1		9	42	151,09
	Рис отварной с овощами 150	150	6	4	49	213	457
	Наггетсы куриные п/ф 60	60	8	10	9	160	326,01
	Чай с джемом	185/15			11	41	430
	Батон йодированный 50	50	4	1	27	89	28,1
Итого за Завтрак		550	19	15	105	545	
Обед	137-78						
	Салат из моркови и яблок 100	100	1	5	10	59	40,03
	Щи по-уральски (с крупой) 250 на бульоне	250	2	5	7	79	99,07
	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	8	6	38	329	259,08
	Котлета куриная п/ф с соусом 100	100	12	5	44	266	
	Кисель Витошка	200			18	70	609
	хлеб пшеничный 50	50	4		25	118	28,03
	хлеб ржаной 25	25	1		11	53	32,05
Итого за Обед		905	28	21	153	974	
Полдник	68-88						
	Печенье 40	40	8	5	26	180	
	Сок в ассортименте	200	1		18	76	682
	Мандарин 110	110	1		8	42	811,01
Итого за Полдник		350	10	5	52	298	
Итого за день		1 805	57	41	310	1817	

Зав. столовой