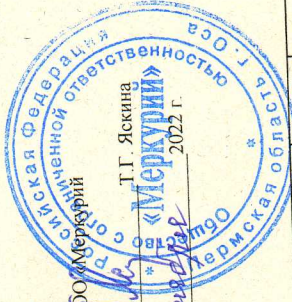


Утверждаю

Директор ООО «Меркурий»

Т.Г. Яскина

«16» ноября 2022 г.



МЕНЮ НА ПЕРИОД ОСЕНЬ - ЗИМА
День № 3 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК 2															
518	Сок	200	1,00	0,20	0,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	2,80	8-00
541	Ватрушка с творожным фаршем	100	6,00	2,80	37,00	196,70	0,08	0,00	0,02	0,83	11,70	46,70	8,30	0,70	15-00
	Итого:	300	7,00	3,00	37,20	288,70	0,10	4,00	0,02	0,83	25,70	46,70	8,30	3,50	25-00
ОБЕД															
		200	1,66	4,16	10,24	85,00	0,08	9,98	0,00	1,90	21,00	51,80	22,20	0,82	13-65
132	Рассольник домашний	90	13,60	10,60	5,20	211,00	0,05	0,00	0,06	0,54	19,80	148,50	15,30	2,10	21-00
386	Зразы домашняя с яйцом	150	8,55	7,80	37,06	252,92	0,21	0,00	0,04	0,61	14,20	203,00	135,00	4,54	14-00
237	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,30	0,00	20,10	81,00	0,00	0,80	0,00	0,00	10,00	6,00	3,00	0,60	9-00
512	Компот из кураги	40	2,64	0,48	13,30	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56	2-00
109	Хлеб ржаной	50	3,80	0,40	24,85	117,50	0,06	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,60	2-00
108	Хлеб пшеничный	730	30,55	23,44	110,75	817,02	0,47	10,78	0,10	4,16	89,00	505,00	201,30	10,22	61-65
	Итого:														

