

Согласовано  
 Директор  
 Саудилова А.С.  
 «17» октября 2022 г.

Утверждено  
 Директор ООО «Меркурий»  
 Пермская область  
 «17» октября 2022 г.

МЕНЮ НА ПЕРИОД ОСЕНЬ - ЗИМА  
 ДЕНЬ № 4 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe	Цена, руб. коп.
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	0,04	1,30	0,01	0,00	127,00	93,00	15,00	0,40	4-00
573	Гребешок с повидлом	100	10,00	6,50	85,50	429,19	0,12	0,17	0,05	1,50	25,10	86,80	16,70	1,50	14-00
	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>10,10</b>	<b>6,50</b>	<b>100,50</b>	<b>489,19</b>	<b>0,16</b>	<b>1,47</b>	<b>0,06</b>	<b>1,50</b>	<b>152,10</b>	<b>179,80</b>	<b>31,70</b>	<b>1,90</b>	<b>19-00</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>														
					<b>ОБЕД</b>										
158	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	87,60	0,06	4,86	0,00	1,10	10,80	42,40	15,80	0,66	14-65
381	Котлета из говядины	90	16,02	15,75	12,90	257,40	0,08	0,00	0,04	0,50	35,10	167,00	23,00	2,50	27-00
240	Рис припущенный	150	3,70	6,10	37,30	218,90	0,03	0,00	0,04	0,28	4,95	79,90	26,24	0,54	12-00
507	Компот из яблок	200	0,50	0,20	23,10	96,00	0,02	4,30	0,00	0,20	22,00	16,00	14,00	1,10	2-00
109	Хлеб ржаной	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
108	Хлеб пшеничный	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
	<b>Итого:</b>	<b>730</b>	<b>28,72</b>	<b>25,15</b>	<b>126,29</b>	<b>847,00</b>	<b>0,32</b>	<b>9,16</b>	<b>0,08</b>	<b>3,19</b>	<b>96,85</b>	<b>401,00</b>	<b>104,84</b>	<b>6,96</b>	<b>65-65</b>