

Согласовано

Директор

Светлана Р. Р.

«06» сентября 2022 г.



Утверждаю

Директор ООО «Меркурий»

Т.Г. Яскина

«06» сентября 2022 г.



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

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК 2															
502	Кисель из клюквы	200	0,10	0,00	23,00	96,00	0,00	1,80	0,00	0,00	10,00	7,00	2,00	0,10	7-00
566	Булочка молочная	100	9,60	2,20	56,20	284,00	0,14	0,20	0,00	1,20	60,00	94,00	18,00	1,00	15-00
	Итого:	300	9,70	2,20	79,20	380,00	0,14	2,00	0,00	1,20	70,00	101,00	20,00	1,10	23-00
ОБЕД															
76	Винегет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78,00	0,03	5,00	0,00	3,00	13,80	24,00	10,80	0,50	11-00
149	Суп картофельный с фрикадельками мясными	220	1,76	2,36	11,76	75,40	0,09	8,86	0,00	1,02	13,00	56,80	23,40	0,88	13-00
291	Макаронные изделия отварные	200	7,50	0,90	38,72	193,20	0,08	0,02	0,00	1,10	7,60	47,60	10,80	1,00	10-00
412	Котлета куриная	90	13,50	9,60	8,40	169,70	0,09	0,77	0,04	0,44	33,40	84,90	16,70	1,03	16-00
510	Компот из апельсина с яблоками	200	0,50	0,20	22,20	93,00	0,03	11,60	0,00	0,10	19,00	12,00	8,00	0,80	7-65
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
	Итого:	860	30,48	20,42	123,31	796,40	0,45	26,25	0,04	6,77	110,80	321,00	95,50	6,37	67-65