



МЕНЮ

ДАТА: 22.09.2016г.

2 день 2 неделя					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с сыром	40	6,10	6,50	10,30	125,20
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	7,60	8,50	39,60	262,40
Кофейный напиток	200	3,70	2,50	21,10	122,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	560	19,90	18,40	89,70	609,00
Обед (12-18 лет)					
Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным (1 вар.)	100	1,00	6,80	5,00	85,70
или Салат из моркови с яблоком и маслом растительным (2 вар.)	100	0,80	5,20	8,00	84,00
Бульон куриный с вермишелью и курицей	260	3,90	3,00	16,80	131,10
Жаркое по-домашнему птицей и морковью	280	20,80	20,00	37,50	412,30
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	200	0,10	0,10	26,80	105,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи (1 вар.):	910	30,80	31,25	119,00	899,70
Итого за прием пищи (2 вар.):	910	30,60	29,65	122,00	898,00

Заведующий производством (Буфетчик) _____

Севостьянов Г.