



Инициалы: И. В. Жукова
 Подпись: И. В. Жукова



Утверждено:
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
Картоположко Е. Ю.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
Завтрак							
День 3 / неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
Оюши по сезону в нарезке (помидор)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70/2017М	20
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	100	14,11	9,88	7,5	175,36	229/2017М	40
Картофель запеченный из отварного	180	3,98	10,10	27,65	226,53	146/2017М	18
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2гм/2022М	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010М	3,83
Итого за завтрак	640	22,71	24,08	81,22	652,61		104,83
Обед							
Консервы закусочные (кукуруза)	100	2,00	0,37	10,16	52,16	133/2017М	20
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,23	13,57	144,47	54-10с/2022М	15
Мясо тушеное	100	13,97	17,08	6,17	234,42	256/2017М	32
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017М	15
Напиток из шпината	200	0,60	0,20	15,20	65,30	53-13км/2022М	15
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010М	4,83
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	702/2010М	3
Итого за Обед	900	34,29	31,49	118,59	895,00		104,83
Всего за Среду	1540	57,00	55,57	199,81	1547,61		