



«Бизнес Консалтинг»  
 Утверждено  
 №1  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Короткожако Е.Ю.



«СШ №7»  
 Д.А. Зиничева

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубль
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>							
Овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6	70/2017м	20
Гуляш из отварного мяса	90	12,02	11,79	3,27	167,27	246/2017м	40
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	203/2017м	15
Вафли	30	1,2	3,7	17,7	118,26	п.т	11
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3гм/2022г	12
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	3,83
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>21,50</b>	<b>20,75</b>	<b>79,86</b>	<b>601,99</b>		<b>101,83</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>606</b>	<b>20,68</b>	<b>18,32</b>	<b>85,03</b>	<b>594,84</b>		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	0,67	0,06	2,10	12,80	70/2017м	20
Рассольник ленинградский	200	1,92	5,80	13,22	106,62	54-3с/2022г	15
Запеканка картофельная с мясом	200	21,13	17,26	25,54	342,02	54-13м/2022г	47
Комлот из яблок свежих	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342/2017	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
<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>28,72</b>	<b>24,01</b>	<b>102,88</b>	<b>738,53</b>		<b>104,83</b>
<b>Всего за Питание</b>	<b>1290</b>	<b>50,22</b>	<b>44,76</b>	<b>182,74</b>	<b>1340,52</b>		
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>754,00</b>	<b>29,49</b>	<b>24,41</b>	<b>105,12</b>	<b>758,69</b>		