

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «Радуга Вкуса»  
 А.А. Шикун



Льготная категория 1 смена с 7-11 лет  
 Льготная категория 1 смена с 12 лет и старше

**МЕНЮ 1-й вариант**

«19» января 2013 г.

2 неделя четверг

№ рецептуры	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Вес блюда	ЦЕНА	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,Ккал
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
70	Овощи консервированные огурцы	30	16.38	0.24	0.03	0.51	3.00
334	Рис отварной с овощами	150	25.14	3.47	4.96	31.30	183.75
279	Люля-кебаб с соусом красный основной	100	64.78	18.28	14.44	3.23	177.01
ПП	Хлеб пшеничный	40	7.45	2.80	0.40	19.60	94.00
ПП	Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной обогащённый витаминами, железом и кальцием)	20	5.50	1.64	0.68	14.20	52.56
379	Кофейный напиток	200	20.75	3.16	2.68	15.94	100.60
ПП	Вафли сливочные	20	12.00	0.78	2.12	12.50	108.40
	<b>итого за завтрак:</b>	<b>560.00</b>	<b>152.00</b>	<b>30.37</b>	<b>25.31</b>	<b>97.28</b>	<b>719.32</b>
<b>Обед</b>							
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	37.20	4.51	7.86	7.25	117.70
99	Суп из овощей со сметаной и говядиной	250	58.27	7.31	10.40	9.51	167.76
203	Макароны отварные с маслом	180	14.76	7.20	4.39	43.94	243.77
279	Тефтели куриные с соусом красный основной	110	40.98	21.97	19.67	22.49	182.51
388	Напиток из плодов шиповника	200	11.40	0.68	0.28	20.76	88.20
ПП	Хлеб пшеничный	60	11.40	4.20	0.60	29.40	141.00
ПП	Хлеб столичный	30	5.70	2.04	0.30	13.50	64.80
338	Яблоки свежие	154	46.29	0.62	0.62	15.19	72.85
	<b>итого за обед:</b>	<b>1084.00</b>	<b>226.00</b>	<b>48.53</b>	<b>44.12</b>	<b>162.04</b>	<b>1078.59</b>
	<b>итого за завтрак и обед:</b>	<b>1644.00</b>	<b>378.00</b>	<b>78.90</b>	<b>69.43</b>	<b>259.32</b>	<b>1797.91</b>

Директор школы: И.О. Саркисов, С.В.  
 Мед. работник: \_\_\_\_\_  
 Повар бригадир: \_\_\_\_\_

