



ООО "КУЛИНАР" Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20  
 Меню приготавливаемых блюд

Рацион школьники 7-13 лет

Неделя: 2

День: пятница

*29.04.22*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>	Огурцы свежие	20			1	3	71	
	Котлета куриная п/ф	60	12	4	44	257		
	Соус сметанный с томатом 30	30		1	2	18	331	
	Макаронные изделия отварные	130	5	5	25	173	291	
	Чай из шиповника	200	1		12	55	376	
	хлеб пшеничный	30	2	1	16	80	28	
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32	
	<b>Итого за Завтрак</b>		500	22	11	113	649	
<b>Итого сумма 68-13</b>								
<b>Обед</b>	Огурцы свежие	30			1	4	71	
	Суп картофельный рыбный (консервы сайра) с перловкой	200	5	3	21	131	150,01	
	Наггетсы куриные п/ф	60	12	13	8	200	326,01	
	Рис отварной с овощами	100	2	9	22	178	457	
	Напиток из Смородины	200			27	111	342	
	хлеб пшеничный	100	8	3	53	268	28	
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32	
	<b>Итого за Обед</b>		720	29	28	145	955	
<b>Итого сумма 102-22</b>								
<b>Полдник</b>	Апельсин	200	2		16	86	338	
	<b>Итого за Полдник</b>		200	2		16	86	
<b>Итого за день</b>			1 420	53	39	274	1690	
<b>Итого сумма 51-11</b>								

Зав. Производством

*[Signature]*