



Директор ООО "Альфа-Провиант" Е.В. Тихонова



ООО "Альфа-Провиант"



**Меню
7-11 лет
Сезон осень-зима**

Неделя 2 день: 3

04 . *12* 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль, П/Ф ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ)	150	11,08	11,9	39,58	309,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,27		6,03	25,11
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	580	15,95	16,1	74,91	510,81
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	200/10	4,44	6,61	10,3	120,94
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11,48	13,2	17,11	233,16
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
Итого за Обед	810	24,95	26,95	101,5	750,53
Итого за день	1 390	40,9	43,05	176,41	1261,34

Зав. производством _____



Директор А. В. Ткачев



Меню 12-18 лет Сезон осень-зима

Неделя 2 день: 3

04.12 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана, Соль, П/Ф ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ)	200	14,77	15,86	52,78	412,93
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,3		6,7	27,9
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	680	20,51	20,82	92,68	642,63
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	1,94	2,5	31,46
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/10	4,84	7,69	12,86	143,14
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11,48	13,2	17,11	233,16
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,84	6,24	23,76	167,28
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
Итого за Обед	940	28,45	30,85	114,83	854,24
Итого за день	1 620	48,96	51,67	207,51	1496,87

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 3

04. 12. 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ (П/Ф КОТЛЕТЫ "МОСКОВСКИЕ", Масло растительное)	50	4,27	4,2	11,2	99,67
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	100	2,4	3,07	6,93	64,93
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	8,88	9,94	55,11	347,87
Итого за день	400	8,88	9,94	55,11	347,87

Зав. производством _____