

«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
Директор



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Аутсорсинг»

Лавренова С.Е.



## Меню (5 день)



на 22 декабря 2023 года.

Меню  
обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
84	Борщ с картофелем и фасолью на курином бульоне	200	6,38	4,38	11,39	119,2
233	Рыба запеченная под молочным соусом (горбуша 50/40)	90	12,4	15	20,1	264,28
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,8	20,44	137,25
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль иодированная	1				
<b>ИТОГО</b>		<b>711</b>	<b>24,93</b>	<b>25,05</b>	<b>107,33</b>	<b>734,75</b>

Меню  
завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
71/70	Огурец свежий или соленый	20	0,17	0,02	0,4	3
302	Гречка рассыпчатая отварная	150	8,6	6,09	38,64	243,8
246	Гуляш из говядины 50/50	100	14,55	16,79	2,89	221
389	Сок плодово-ягодный	180	0,9	0	18,18	76,32
б/н	Печенье	50	4,2	5,3	42,5	238,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО:</b>		<b>520</b>	<b>29,32</b>	<b>28,5</b>	<b>107,81</b>	<b>810,32</b>

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.

Тел. +7 952 086 99 45







