

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 Е.А. Маслакова

Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Ваенльев

День: 03.10.2023г.
 ДИЕТА

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
237/2021	Каша овсяная жидкая (молочная)	200	7,66	8,56	32,34	237,0
496/2021	Напиток из шиповника	200	0,70	0,27	18,30	78,0
69/2021	Бутерброд с маслом	35	1,60	11,00	10,00	146,0
267/2021	яйцо вареное	40	5,10	5,00	0,30	63,0
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,0
Итого:		575	16,06	25,23	70,74	568,0

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
01/2021	Салат из капусты	100	1,45	6,00	8,40	94,0
98/2021	Свекольник	200	1,86	3,78	8,26	74,6
356/2021	Печень говяжья "Построгановски"	90	17,00	8,46	6,8	173,7
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	6,615	39,21	251,8
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,2
574/2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,4
82/2021	Фрукты	25	0,25	0	2,45	10,6
Итого:		835	34,49	25,80	116,02	841,7