

Утверждаю:
Директор ООО «ФХ «ОМК»
Маслакова

Дата: 09.10.2023г.

Неделя: вторник

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Согласовано:

Директор школы

В.Н. Васильев



Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
236/2021	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,45	8,15	40,23	260,00
462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,90	94,00
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	15,00	70,20
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,00	10,00	149,00
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		625	19,9	20,7	88,9	617,2

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
06/2021	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцом и яблоком	100	1,00	6,00	5,00	78,00
118/2021	Суп картофельный с крупой "Крестьянский"	250	2,40	5,00	8,50	88,50
308/2021	Котлета рыбная любительская	120	12,40	8,40	7,20	168,00
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,80	8,82	52,28	335,80
501/2021	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	55	4,18	0,44	27,06	128,70
574/2021	Хлеб ржаной	50	4,0	0,75	20,05	103,00
531/2021	Ватрушка с творогом	30	3,90	1,40	10,85	72,00
итого		1005	36,7	31,0	151,1	1060,0
Всего:			56,6	51,7	240,1	1677,2