

Утверждено:
 Директор ООО «ОМЖ»
 КОЗЛЕСА М.А. Мустакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.И. Васильев



День: 12.10.2021

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
229/2021	Каша "Дружба"	200	5,20	6,60	27,60	190,60
458/2021	Чай с медом	200	0,40	0,10	14,90	62,00
573/2021	Хлеб «пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,00
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,00	10,00	149,00
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	9,80	44,00
Итого:		595	17,3	17,1	86,9	562,6

Обед

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
19/2021	Салат из свежих помидоров	100	0,80	6,20	5,50	81,00
129/2021	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	3,32	9,76	78,20
328/2021	Жаркое «По-домашнему»	200	17,00	14,30	25,80	307,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	3,20	0,60	16,04	82,40
539/2021	Шанежка с яблоками	30	1,50	1,68	12,72	72,00
Итого:		795	30,2	26,4	104,7	774,8
Всего:			47,5	43,5	191,6	1337,4