

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

День: 15.09.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 12 лет и старше



Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
234/2021	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	250	8,95	10,60	36,43	277,00
457/2021	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
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
82/121	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого:		645	20,3	20,5	90,1	625,0

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
02/2021	Салат "Витаминный" (из белокочанной капусты с морковью и яблоками)	100	1,20	5,10	5,50	73,00
98/2021	Свекольник	250	2,33	4,73	10,33	93,25
356/2021	Печень говяжья "По-строгановски"	100	15,65	10,00	6,96	180,87
256/2021	Макаронные изделия отварные	200	7,40	7,00	39,40	246,00
485/2021	Кисель из сока плодового	200	0,40	0,06	22,20	90,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	4,00	0,75	20,05	103,00
537/2021	Пицца "Школьная"	60	6,24	6,54	15,24	144,60
Итого:		975	39,5	34,4	134,4	1000,9
Всего:			59,7	54,9	224,6	1625,9