



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



Согласовано:  
до Директор школы  
В.Н. Васильев

День: 15.09.2023г. Диета

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

*Завтрак*

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
234/2021	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	7,16	8,48	29,14	221,60
457/2021	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
573/2021	Хлеб "Пшеничный"	30	2,28	0,24	14,76	70,2
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:		575	16,9	18,2	73,0	522,8

*Обед*

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порций(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
02/2021	Салат "Витаминный" (из капусты с морковью и яблоками)	100	1,20	5,10	5,50	73,00
98/2021	Свекольник	200	1,86	3,78	8,26	74,60
356/2021	Печень говяжья "По-строгановски"	90	14,09	8,45	6,26	162,78
256/2021	Макаронные изделия отварные	150	5,55	5,00	29,55	184,50
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	3,20	0,60	16,04	82,40
82/2021	Фрукты свежие	50	0,20	0,20	4,90	22,00
Итого:		855	23,56	23,46	107,46	759,5
Всего:			40,46	41,66	180,46	1282,3