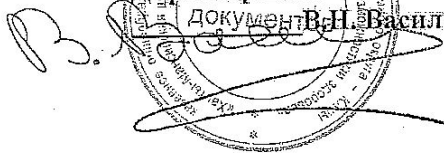


Утверждено:  
 Директор ООО «ФЭА «ОМК»  
 Маслакова



Согласовано:  
 Директор школы  
 Документ В.Н. Васильев



День: 17.10.2021г.

Неделя: первая

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	
259/2021	Макароны отварные с сыром	250	15,00	12,50	44,13	350,00
459/2021	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
573/2021	Хлеб «пшеничный»	50	3,8	0,4	24,6	117
79/2021	Масло сливочное порцией	20	0,16	14,50	0,26	132,20
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	10,00	45,00
<b>итого</b>		<b>620,0</b>	<b>20,3</b>	<b>28,5</b>	<b>88,5</b>	<b>684,2</b>

*Обед*

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15/2021	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,80	6,00	2,60	68,00
113/2021	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	3,58	14,60	115,75
374/2021	Котлеты, рубленые из птицы с соусом	100	12,10	9,70	9,80	175,00
385/2021	Рис отварной	180	4,52	6,52	44,60	140,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,8	0,53	14,04	72,1
539/2021	Шанежка с яблоками	30	1,50	1,68	12,72	72,00
<b>Итого:</b>		<b>905</b>	<b>30,8</b>	<b>28,3</b>	<b>131,2</b>	<b>788,7</b>
<b>Всего:</b>			<b>51,10</b>	<b>56,83</b>	<b>219,69</b>	<b>1472,85</b>

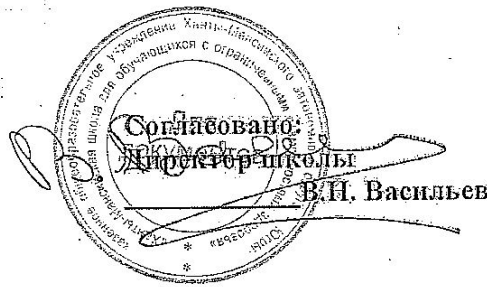
Утверждено:  
 Директор ООО «Ф. «ОМК»  
 М.И. Мещерякова

Дата: 17.10.2021 г.

Неделя: первая

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	
259/2021	Макаронны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00
459/2021	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
573/2021	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117
79/2021	Масло сливочное порцией	10	0,08	7,25	0,13	66,10
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	10,00	45,00
<b>итого</b>		<b>560</b>	<b>17,18</b>	<b>18,75</b>	<b>79,53</b>	<b>548,1</b>

*Обед*

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15/2021	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,80	6,00	2,60	68,00
113/2021	Суп картофельный с бобовыми	200	5,04	2,86	11,68	92,60
374/2021	Котлеты, рубленые из птицы с соусом	90	10,0	8,7	8,8	157,5
385/2021	Рис отварной	150	3,77	5,43	38,85	217,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
539/2021	Шанежка с яблоками	30	1,50	1,68	12,72	72,00
<b>Итого:</b>		<b>815</b>	<b>26,725</b>	<b>25,555</b>	<b>121,555</b>	<b>825</b>
<b>Всего:</b>			<b>43,9</b>	<b>44,3</b>	<b>201,1</b>	<b>1373,1</b>

Утверждаю:  
 Директор ООО «ФД «ОМК»  
 Хозый В.А. Маслакова

17.10.2023г. «ОМК»

Диета

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Согласовано:  
 Директор Дисолды  
 Д.С. Васильев

*Завтрак*

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
259/2021	Макароны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00
459/2021	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
573/2021	Хлеб «пшеничный»	50	3,8	0,4	24,6	117
79/2021	Масло сливочное: порцией	10	0,08	7,25	0,13	66,10
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	10,00	45,00
<b>Итого</b>		<b>560</b>	<b>17,18</b>	<b>18,75</b>	<b>79,53</b>	<b>548,1</b>

*Обед*

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
15/2021	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100	0,80	6,00	2,60	68,00
113/2021	Суп картофельный с бобовыми	200	5,04	2,86	11,68	92,60
374/2021	Котлеты, рубленые из птицы с соусом	90	10,0	8,7	8,8	157,5
385/2021	Рис отварной	150	3,77	5,43	38,85	217,00
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
82/2021	Фрукты	30	0,30	0,3	3,00	15,00
<b>Итого:</b>		<b>815</b>	<b>25,53</b>	<b>24,15</b>	<b>111,82</b>	<b>758</b>
<b>Всего:</b>			<b>42,71</b>	<b>42,9</b>	<b>191,35</b>	<b>1306,1</b>