

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

Согласовано:  
 Директор школы  
 В.И. Васильев  
 ДОКУМЕНТОВ

День: 21.09.2023г. ДИЕТА  
 Неделя: первая  
 Сезон: осень-зима  
 Возрастная категория: 7-11 лет

**Завтрак**

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
237/2021	Каша овсяная жидкая (молочная)	200	7,66	8,56	32,34	237,00
496/2021	Напиток из шиповника	200	0,70	0,27	18,30	78,00
69/2021	Вутерброд с маслом	35	1,60	11,00	10,00	146,00
267/2021	Яйцо вареное	40	5,10	5,00	0,30	63,00
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
<b>Итого:</b>		<b>575</b>	<b>16,06</b>	<b>25,23</b>	<b>70,74</b>	<b>568,00</b>

**Обед**

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
01/2021	Салат из капусты	100	1,45	6,00	8,40	94,00
98/2021	Свекольник	200	1,86	3,78	8,26	74,60
356/2021	Печень говяжья "По-строгановски"	90	17,00	8,46	6,8	173,70
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,85	6,615	39,21	251,85
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	40	3,20	0,60	16,04	82,40
82/2021	Фрукты	25	0,25	0	2,45	11
<b>Итого:</b>		<b>835</b>	<b>34,49</b>	<b>25,80</b>	<b>116,02</b>	<b>841,75</b>
<b>Всего:</b>			<b>50,55</b>	<b>51,0</b>	<b>186,76</b>	<b>1409,75</b>