

День: 24.10.2023г. Диета

Неделя: вторая

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	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	200	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	35	5,20	7,80	7,40	121,00
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		565	16,9	17,5	93,2	587,5

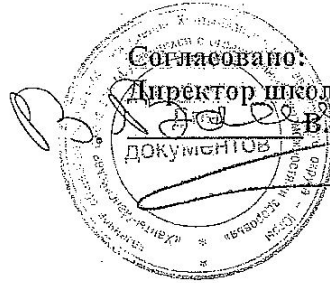
Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,60	3,60	8,50	72,00
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	200	7,68	8,94	5,96	134,40
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	10,29	9,00	6,43	159,43
377/2021	Картофельное пюре	180	4,00	7,20	11,00	126,00
493/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,30	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
82/2021	Фрукты свежие	30	2,05	0,12	2,94	13,20
Итого:		865	29,55	29,72	83,69	731,3
Всего:			46,45	49,2	176,89	1318,8

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



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 24.10.2023г.

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	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	200	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,20
65/2021	Бутерброд в сыром (и маслом сливочным)	35	5,20	7,80	7,40	121,00
82/121	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		565	16,9	17,5	93,2	587,5

Обед

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,60	3,60	8,50	72,00
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	200	7,68	8,94	5,96	134,40
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	10,29	9,00	6,43	159,43
377/2021	Картофельное пюре	180	4,00	7,20	11,00	126,00
495/2021	Компот из смесей сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,30	0,24	14,76	70,20
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
544/2021	Булочка "Российская"	30	2,05	2,10	14,25	84,00
Итого:		865	31,3	31,7	95,0	802,1
Всего:			48,2	49,2	188,3	1389,6

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 Елена В.А. Маслакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 24.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
233/2021	Каша кукурузная молочная жидкая	250	8,00	9,00	46,38	290,25
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62
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	1,00	0,40	9,80	44,00
Итого:		645	20,1	18,9	105,7	662,3

Обед

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
53/2021	Икра свекольная	100	1,6	3,6	8,5	72,0
95/2021	Борщ с капустой и картофелем	250	9,6	11,2	7,5	168,0
349/2021	Тефтели из говядины в молочном соусе	120	13,7	11,4	8,6	212,6
377/2021	Картофельное пюре	180	4,0	7,2	11,0	126,0
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,3	0,2	14,8	70,2
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,0	72,1
544/2021	Булочка "Российская"	50	3,2	3,5	23,8	140,0
Итого:		965	37,8	37,8	108,2	944,9
Всего:			57,9	56,7	213,8	1607,1