

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



Согласовано:  
 Директор школы  
 В.Н. Васильев



День: 04.10.2023г

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	
235/2021	Каша пшеничная молочная жидкая	250	9,33	9,30	44,65	299,50
459/2021	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
573/2021	Хлеб "Пшеничный"	30	2,28	0,24	14,76	70,20
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,90	10,00	149,00
82/121	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	8,10	44,00
<b>итого</b>		<b>625</b>	<b>20,2</b>	<b>20,5</b>	<b>87,0</b>	<b>602,7</b>

**Обед**

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47/2021	Винегрет овощной	100	1,60	6,20	6,60	88,00
129/2021	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,90	4,15	12,20	97,75
347/2021	Котлеты "Школьные"	120	18,36	13,20	15,96	255,60
377/2021	Пюре картофельное	200	5,40	8,00	11,60	140,00
486/2021	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
573/2021	Хлеб "Пшеничный"	50	3,80	0,40	24,60	117,00
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,80	0,53	14,04	72,10
542/2021	Булочка "Домашняя"	30	2,10	3,35	13,90	94,50
<b>Итого:</b>		<b>985</b>	<b>37,1</b>	<b>35,9</b>	<b>110,0</b>	<b>911,0</b>
<b>Всего:</b>			<b>57,3</b>	<b>56,5</b>	<b>197,0</b>	<b>1513,7</b>