

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

Согласовано:
Директор школы
С.В.Барышникова

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Диета (СД)

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	7,7	8,6	32,3	237,0
11.14.	отвар шиповника	200	0,7	0,3	9,7	57,0
4.1.	яйцо вареное	40	5,1	5,0	0,3	63,0
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,4	0,5	13,9	69,3
79/2021	Масло сливочное порцией	10	0,1	7,3	0,1	66,1
82/2021	Фрукты свежие	100	1,0	0,4	9,8	44,0
	Итого	585	16,9	22,0	66,2	536,4

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	1,5	6,0	8,4	94,0
98/2021	Свекольник	200	1,9	3,8	8,3	74,6
356/2021	Печень говяжья "По-строгановски"	90	17,0	8,5	6,8	173,7
6.5.a	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,4	3,3	25,7	148,0
11.6.a	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	0,6	0,1	20,1	84,0
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,4	0,5	13,9	69,3
82/2021	Фрукты свежие	100	1,0	0,4	9,8	44,0
	итого	875	29,7	22,5	93,0	687,6
	Всего	1460	46,6	44,5	159,2	1224,0