

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

Согласовано:
Директор школы
С.В.Барышникова

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: с 12 лет

Диета (СД)

Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
6.4.	Каша гречневая молочная жидкая	250	10,9	9,4	39,3	284,6
11.10.a	Чай с лимоном	200	0,0	0,0	0,2	2,0
79/2021	Масло сливочное порцией	20	0,2	14,5	0,3	132,2
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,4	0,5	13,9	69,3
82/2021	Фрукты свежие	100	1,0	1,0	10,0	45,0
	Итого	605,00	14,42	25,37	63,66	533,13

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
21/2021	Салат из моркови без сахара	100	1,2	6,0	11,2	104,0
1.3.	Рассольник «Ленинградский»	250	1,9	3,4	12,5	89,0
367/2021	Птица в соусе с томатом	100	9,5	11,1	2,2	146,4
206/2021	Каша пшенная	200	9,1	8,4	51,2	317,0
11.5.a	Компот из яблок без сахара	200	0,2	0,2	9,4	17,0
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,4	0,5	13,9	69,3
574/2021	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,0	72,1
82/2021	Фрукты свежие	100	1,0	1,0	10,0	45,0
	Итого	1020,00	28,06	31,13	124,43	859,80
	всего	1625,00	42,48	56,49	188,08	1392,93