

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



Согласовано:
Директор школы
С.В.Барышникова

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 (кка)
			Б	Ж	У	
6.1.	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,1	7,2	27,8	220,0
458/2021	Чай с медом	200	0,4	0,1	14,9	62,0
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,4	0,5	13,9	69,3
76/2021	Сыр (порциями)	20	4,1	5,5	0,0	66,2
82/2021	Фрукты свежие	100	1,0	1,0	8,1	44,0
	итого	555	15,0	14,32	64,73	461,5

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кка)
			Б	Ж	У	
8.12.	Винегрет овощной	60	1,0	4,7	5,3	70,0
112/2021	Суп картофельный	200	2,3	3,3	9,8	78,2
347/2021	Котлеты "Школьные"	90	13,8	9,9	12,0	191,7
7.1.	Пюре картофельное	120	2,6	4,0	18,1	125,0
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	50	0,5	0,5	4,0	22,0
	итого	790	25,6	23,6	86,5	645,3
	Всего	1345	40,6	38,0	151,2	1106,8