

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

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: с 12 лет

Диета (СД)

Согласовано:
Директор школы
С.В.Барышникова

Завтрак

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
6.1.	Каша пшённая молочная жидкая	250	9,3	9,3	44,7	299,5
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	605	17,23	16,42	81,58	541,00

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
8.12.	Винегрет овощной	100	1,6	6,2	6,6	88,0
112/2021	Суп картофельный	250	2,9	4,2	12,2	97,8
347/2021	Котлеты "Школьные"	90	13,8	9,9	12,0	191,7
7.1.	Пюре картофельное	180	3,9	6,0	27,2	187,5
11.5.а	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	940	28,03	27,98	99,29	745,35
	Всего	1545	45,26	44,40	180,87	1286,35