

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

День:
Вторник

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 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	
6.9.	вермишель отварная с тертым сыром	100	7,0	6,1	20,6	168,0
457/2021	Чай с сахарозаменителем	200	0,2	0,1	1,3	8,4
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	1,0	10,0	45,0
	итого	445	10,7	15,0	46,0	356,8

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
8.5.a	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,4	8,5	1,0	75,0
1.16.	Суп картофельный с горохом	250	6,1	3,9	24,1	156,0
374/2021	Котлеты, рубленые из птицы с соусом	90	10,0	8,7	8,8	157,5
208/2021	каша ячневая рассыпчатая	150	4,7	0,6	30,7	147,1
11.6.a	Компот из смеси сухофруктов без сахара	180	0,5	0,1	18,1	75,6
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	900	27,9	23,9	120,7	797,6
	Всего	1345	38,5	38,8	166,7	1154,4