

11.06.2021

День десятый

Директор школы Иванова В.М.



Завтрак		Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Кафе молочная пенная	250	277	5,83	12,66	37,79	
2		Сосиска отварная	50	113	0,05	10	5	
3		Бутерброд с маслом	100/10	300	7,6	10,1	50,63	
4		Чай с сахаром	200	57	0,2	0,05	15	
5		Яблоко	200	32	0,8	0,8	19,2	
		<b>ИТОГО:</b>		779	14,48	33,61	127,62	
Обед		Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Огурцы свежие	100	14	0,8	0,1	2,5	
2		Суп с фрикадельками мясными куриными	300	222	8,07	7,4	32,87	
3		Котлета рыбная	110	158	15,3	5,15	12,27	
4		Пюре картофельное	150	147	3,3	3,2	10	
5		Компот из сухофруктов	200	97	0,44		24,6	
6		Хлеб ржаной	120	247	6,6	1,2	12	
7		Батон	25	58	1,87	0,72	12,62	
		<b>ИТОГО:</b>		943	36,38	17,77	106,86	
Полдник		Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Сок фруктовый (в индивидуальной упаковке)	200	114	1,4		18,2	
2		Конфеты в шоколадной глазури	30	166	2,94	10,41	15,12	
		<b>ИТОГО:</b>		560	18,2	24,27	121,82	
		<b>ОБЩИЙ ИТОГ:</b>		2282	69,06	75,65	356,3	