

15.06.2021

День первый

«Утверждаю»  
Директор школы

Иванов В.М.

Завтрак							
Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№	Рецептуры
1 Каша молочная манная	250	281	6,16	12,6	33,91		
2 Сырники	130	395	26,3	21,6	26,4		
3 Бутерброд с маслом и сыром	100/10/20	372	12,1	15,8	56		
4 Какао с молоком	200	118	2,8	3,2	19,6		
5 Яблоко	200	32	0,8	0,8	19,2		
<b>Итого:</b>		1198	48,16	54	155,11		
<b>Обед</b>							
Наименование блюда							
Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№	Рецептуры
1 Помидоры свежие	100	24	1,1	0,2	3,9		
2 Суп вермишелевый на костном бульоне	300	223	9,27	9,2	32,07		
3 Куры тушеные	130	295	22,1	22,4	0,8		
4 Рагу овощное	180	114	4	5,29	13,69		
5 Напиток из лимонника	200	82	0,7		19,3		
6 Хлеб ржаной	120	247	6,6	1,2	12		
7 Хлеб пшеничный	25	58	1,87	0,72	12,62		
<b>Итого:</b>		1043	45,64	39,01	94,38		
<b>Общий итог:</b>		2533	103,1	99,11	360,09		