

16.06.2021

День второй

Завтрак

Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Каша молочная пшеничная	250	248	6,04	18,06	33,09	
2	Яйцо вареное	140	250	17,4	19	2,4	
3	Бульброд с маслом	100/10	300	7,6	10,1	50,63	
4	Чай с сахаром	200	57	0,2	0,05	15	
5	Апельсин	200	244	1,4	0,4	57,4	
ИТОГО:			1099	32,64	47,61	158,52	
Обед							
Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Огурцы свежие	100	14	0,8	0,1	2,5	
2	Буль на костном бульоне	300	94	2,74	3,9	16,27	
3	Котлета мясная	100	221	13,6	14,5	8,9	
4	Каша гречневая с маслом	150	222	6,1	8,3	30,7	
5	Компот из сухофруктов	200	97	0,44		24,6	
6	Хлеб ржаной	120	247	6,6	1,2	12	
7	Хлеб пшеничный	25	58	1,87	0,72	12,62	
ИТОГО:			560	18,2	24,27	121,82	
ОБЩИЙ ИТОГ:			2612	82,99	100,6	387,93	

Директор школы



«Утверждаю»

Иванов В.М.