

19.06.2021

День пятый

Директор школы

Иванов В.М.

Завтрак

Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Каша молочная геркулесовая	250	255	6,05	13,62	31,57	
2	Вареники ленивые со сметанным соусом	150	308	20	15,4	20,9	
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	
ИТОГО:			1085	41,75	48,82	147,27	
Обед							
Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Салат из свежих овощей	120	144	1,66	7,04	6,9	
2	Секотыник на костном бульоне со сметанным соусом	300	199	8,21	7,2	27,06	
3	Плов	350	472	15,8	10,73	53,55	
4	Напиток из шиповника	200	82	0,7		19,3	
5	Хлеб ржаной	120	247	6,6	1,2	12	
6	Хлеб пшеничный	25	58	1,87	0,72	12,62	
ИТОГО:			1202	34,84	26,89	131,43	
ОБЩИЙ ИТОГ:			2567	80,93	86,12	312,1	