

21.06.2021

День шестой

Директор школы

«Утверждаю»

Иванов В.М.

Завтрак

Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Каши молочная манная	250	248	6,04	18,06	33,09	
2	Омлет с зеленью укропа и лука	140	250	17,4	19	2,4	
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							
ИТОГО:			887	32,04	48,01	120,32	
Обед							
Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Помидоры свежие	100	24	1,1	0,2	3,9	
2	Суп фасолевый на костном бульоне	300	276	9,9	10,05	30,15	
3	Тертель мясные, куринные	120	251	14,3	14,7	9,1	
4	Вермишель отварная	200	270	7,2	8,1	46	
5	Компот из сухофруктов	200	97	0,44	1,2	24,6	
6	Хлеб ржаной	120	247	6,6	0,72	12	
7	Хлеб пшеничный	25	58	1,87	0,72	12,62	
ИТОГО:			1223	41,41	34,97	138,37	
Подлик							
Наименование блюда		Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1	Кекс с изюмом и орехами	75	280	13,86	13,86	88,5	
2	Сок фруктовый (в индивидуальной упаковке)	200	114	1,4		18,2	
ИТОГО:			394	15,26	13,86	106,7	
ОБЩИЙ ИТОГ:			2504	88,71	96,84	365,39	