

23.06.2021

День восьмой

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 Сосиска отварная	50	113	0,05	10	5		
3 Бутерброд с маслом и сыром	100/10/20	372	12,1	15,8	56		
4 Чай с сахаром	200	57	0,2	0,05	15		
ИТОГО:		989	21,4	40,47	149,57		
Обед							
Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры	
1 Огурцы свежие	100	14	0,8	0,1	2,5		
2 Шри со свежей капустой на костном бульоне	300	89	2,7	3,2	15,9		
3 Бефстроганов из мяса куриты	130	344	22,18	24,78	8,58		
4 Каша гречневая с маслом	150	222	6,1	8,3	30,7		
5 Комлот 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:		1071	40,69	38,3	106,9		
Полдник							
Наименование блюда	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры	
1 Сок фруктовый (в индивидуальной упаковке)	200	114	1,4		18,2		
ИТОГО:		594	18,2	21,7	71,9		
ОБЩИЙ ИТОГ:		2654	80,29	100,47	328,37		