

26.06.2021

День первый

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	Йогурт	200	32	0,8	0,8	19,2	
ИТОГО:			1198	48,16	54	155,11	
<b>Обед</b>							
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	Курды тушеные	130	295	22,1	22,4	0,8	
4	Рагу овощное	180	114	4	5,29	13,69	
5	Напиток из пшеничника	200	82	0,7		19,3	
6	Хлеб ржаной	120	247	6,6	1,2	12	
7	Хлеб пшеничный (батон)	25	58	1,87	0,72	12,62	
ИТОГО:			1043	45,64	39,01	94,38	
ОБЩИЙ ИТОГ:			2533	103,1	99,11	360,09	

