

07.06.2021

День шестой

Иванов В.М.

Директор школы



Завтрак		Наименование блюда					Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Каша молочная манная	248	6,04	18,06	33,09						
2		Омлет с зеленью укропа и лука	250	17,4	19	2,4						
3		Бутерброд с маслом	300	7,6	10,1	50,63						
4		Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15						
5		Яблоко	200	0,8	0,8	19,2						
		ИТОГО:	887	32,04	48,01	120,32						
Обед		Наименование блюда					Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Помидоры свежие	24	1,1	0,2	3,9						
2		Суп фасолевый на костном бульоне	276	9,9	10,05	30,15						
3		Тефтели мясные, куриные	251	14,3	14,7	9,1						
4		Вермишель отварная	270	7,2	8,1	46						
5		Компот из сухофруктов	97	0,44								
6		Хлеб ржаной	247	6,6	1,2	12						
7		Хлеб пшеничный	58	1,87	0,72	12,62						
		ИТОГО:	1223	41,41	34,97	138,37						
Полдник		Наименование блюда					Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	№ Рецептуры
1		Кекс с изюмом и орехами	280	13,86	13,86	88,5						
2		Сок фруктовый (в индивидуальной упаковке)	114	1,4		18,2						
		ИТОГО:	394	15,26	13,86	106,7						
		ОБЩИЙ ИТОГ:	2504	88,71	96,84	365,39						