

09.06.2021

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		Бульброд 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		Щи со свежей капустой на костном бульоне	300	89	2,7	3,2	15,9	
3		Бефстроганов из мяса курицы	130	344	22,18	24,78	8,58	
4		Каша гречневая с маслом	150	222	6,1	8,3	30,7	
5		Компот 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	