

Дата: 19.02.2022



№ рецеп	Возрастная категория	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	6 – 10 лет			Энергетическая ценность	Масса порции	11 – 18 лет			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
		Завтрак										
93		Суп молочный с маслом	200/5	7,3	8,2	28,39	195,05	250/5	9,12	10,25	35,49	243,81
337		Яйцо отварное	1	6,6	6	0,4	82	1	6,6	6	0,4	82
P-272		Какао	200	1,46	1,23	28,6	92,7	200	1,46	1,23	28,6	92,7
P-1		Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	40	2,45	7,55	14,02	136
		Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47
		Итого:		18,21	23,38	81,81	552,75		20,03	25,43	88,31	601,51
		Обед										
10		Салат из зеленого горошка(кон.)	50	1,5	2,7	3	40,5	50	1,5	2,7	3	40,5
P-96		Рассолыник ленинградский	200	5,1	7,12	9,45	126,67	250/	6,38	8,9	11,81	158,34
P-128		Картофельное пюре	150	3,26	9,62	18,89	181,5	200	4,34	12,83	25,18	242
P-229		Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)	100	9,75	4,95	3,8	105	120	11,7	5,94	4,56	126
		Сок фруктовый	200	1	0,2	0,2	92	200	1	0,2	0,2	92
		Хлеб ржан. пшен.	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6
		Итого:		24,69	25,37	62,46	666,27		29	31,35	71,87	779,44
144		Всего:		42,9	48,75	144,27	1219,02		49,03	56,78	160,18	1380,95

Повар: Алексеевко А.И.