

День 8

Дата: 23.04.2022

Утверждаю
Директор школы



Возрастная категория		6 – 10 лет						11 – 18 лет			
		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
№ рец				Б	Ж	У		Б	Ж	У	
1		2	3	4	5	6	7	9	10	11	12
		Завтрак									
Р-202		Макароны отварные	150	5,46	5,79	30,46	195,7	7,28	7,72	40,61	260,93
493		Птица тушеная(голень)	100/50	20,48	21,52	2,4	351,2	20,48	21,52	2,4	351,2
Р-136		Чай с сахаром	200	6	1,53	6,5	49,28	6	1,53	6,5	49,28
		Хлеб ржан. пшен.	30	2,04	0,39	13,56	60,3	2,04	0,39	13,56	60,3
		Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,4	0,4	9,8	47
		Итого:		34,38	28,1	62,72	703,48	36,2	31,56	72,87	768,71
		Обед									
Р-64		Помидор соленый	20	0,98	6,02	5,74	81,34	0,98	6,02	5,74	81,34
149		Суп рыбный из консервов	200	3,6	6,2	17,3	185	4,5	7,75	21,6	231,25
259		Жаркое по домашнему	230	21,29	23,77	21,79	387,71	25,91	26,62	26,53	434,23
349		Компот из сух.фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,66	0,09	32,01	132,8
		Хлеб ржан. пшен.	2/30	4,08	0,78	27,12	120,6	4,08	0,78	27,12	120,6
		Итого:		30,61	36,86	103,96	907,45	36,13	41,26	113	1000,24
		Всего:		64,99	64,96	166,68	1610,93	72,33	72,82	185,87	1768,95

Повар: Алексеев А.И.