



Утверждаю.
Директор школы

В.А. Васильев

Согласовано нач. лагеря

Золотарёва Н.Н.

Возрастная категория: 12-18 лет

03.06.2024

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	250	7,50	11,25	47,50	337,5
тгк	Бутерброд с сыром	50	6,98	8,85	13,03	156,08
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	3,60	0,60	14,00	66,60
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
149/2008г	Какао с молоком	200	3,87	3,80	13,09	101,88
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		690	25,03	24,82	107,42	756,46
			25	25	25	25
ОБЕД						
39/2008г	Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной	250	6,52	10,40	13,90	218,88
304-2017	Рис отварной	200	4,9	7,2	35,6	280,1
54-6м-2020 (11 лет и старше)	Биточки из говядины	100	16,00	12,80	26,53	239,07
141/2008г	Соус томатный	30	0,78	2,88	2,82	40,32
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,55	21,95	105,95
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		870	35,17	34,18	151,96	1106,76
			36	34	36	37
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,21	59,00	259,39	1863,22