

Директор школы: _____

В.А. Васильев

Согласовано нач. лаг. : _____

Н.Н. Волотарева

17.06.2024

Возрастная категория: 12-18лет



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	Калории	
ЗАВТРАК							
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,80	9	32,00	221	
ттк	Бутерброд с сыром	50	5,88	8,85	14,53	156,08	
пп	Фрукт свежий (яблоко)	150	3,60	0,60	14,70	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:		640	23,23	22,57	94,12	639,96	
			23	22	22	21	
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:			58,41	56,75	246,09	1746,72	

59 56 58 58