

23.06.2022

	Наименование блюда	Вес блюда	Возрастная категория 7-11 лет					№ Рец.	Вес блюда	Возрастная категория 12-18 лет				
Завтрак	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	200/10	6,3	10,20	30,4	238	183	200/10	6,3	10,2	30,40	238		
	Сыр	15	3,48	4,43	0	53,75	15	20	4,64	5,9	0	71,66		
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	376	200	0,1	0	15	60		
	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПП	70	5,53	0,7	33,81	163,66		
	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,88	45,98	ПП	20	1,12	0,22	9,88	45,98		
	Фрукты	100	0,2	0,3	9,8	47	ПП	100	0,2	0,3	9,8	47		
Итого за завтрак			15,15	15,65	89,23	561,63			17,89	17,32	68,49	626,3		
Обед	Овощи свежие: огурцы	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71	100	0,7	1	1,9	12		
	Борщ из свежей капусты с картофелем, птицей, сметаной	250/12,5/10	5,47	5,81	16,57	139	82	300/12,5/10	6,56	6,97	19,88	166,8		
	Котлета «Дружба»	90	15,52	17,28	12,68	249,6	234	100	17,24	19,2	14,1	277		
	Рис, припущенный с маслом	150/5	3,6	8,85	39,3	250	304	180/10	4,32	10,91	47,16	297		
	Кисель из сока	200	0,16	0,08	27,5	111,36	358	200	0,16	0,08	27,5	111,36		
	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,74	0,6	28,98	140,28	ПП	70	5,53	0,7	33,81	163,66		
Итого за обед	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	1,32	68,97	ПП	30	1,68	0,33	1,32	68,97		
			31,59	33,01	127,49	855,05			36,19	39,19	145,67	985,43		
Итого за день:			46,74	48,66	216,72	1416,68			54,08	56,51	214,16	1611,73		

