

04.07.2023

И.И. Колосов

ИП Коломоицев А.В.

УТВЕРЖДАЮ

прием пищи		раздел		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп		день	
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	25	383,6	15,5	4,6	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
	закуска	102	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	14,71	71,4	1,1	5,3	4,6
	1 блюдо	272	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	26	152,5	8,1	4,9	18,8
обед	2 блюдо	323	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	90	35	213,3	15,0	14,0	18,0
	гарнир	402	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	22	195,1	7,4	3,6	33,3
	сладкое		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0
ИТОГО					156,71				
ШКОЛА			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ	отд/корп				день	7
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
завтрак	гор. блюдо	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	30	383,6	9,5	6,4	41,0
	гор. напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1
	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4
	фрукты		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8
обед	закуска		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	18,72	119,0	1,9	8,9	7,7
	1 блюдо	102	СУП ГОРОХОВЫЙ	250	26	152,5	8,1	4,9	18,8
	2 блюдо	272	БИТОЧКИ, КОТЛЕТЫ, ШНИЦЕЛЬ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100	41	237,0	13,4	9,5	12,2
	гарнир	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	27	234,1	8,8	4,4	39,9
сладкое		402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7
	хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0
ИТОГО					176,72				