

05.07.2023

Состав рецептурной диеты № 4 сш, Косы

УТВЕРЖДАЮ
ИП Колотовцев А.В.



		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ		отд/корп				день		8									
прием пищи		раздел		№ рецепта		блюдо		выход, г		цена		калорийность		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	
обед					ТТК № 5	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	39	428,0	6,6	7,5	41,9						
					гор. напиток	376	ЧАЙ ИЛИ КАКАО	250	4	141,1	3,8	3,0	24,5						
					хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4						
					закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	14,71	51,0	0,9	3,1	5,0						
					1 блюдо	88	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	26	101,4	4,1	10,6	30,4						
					2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	90	33	213,3	15,0	14,0	18,0						
обед					гарнир	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	150	22	222,9	15,9	2,8	33,3						
					сладкое	402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	12	84,0	0,8	0,8	20,1						
					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		8	
прием пищи		раздел		№ рецепта		блюдо		выход, г		цена		калорийность		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	
обед					ТТК № 5	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		200	46	439,0	8,1	9,2	51,2						
					гор. напиток	376	ЧАЙ ИЛИ КАКАО	250	4	141,1	3,8	3,0	24,5						
					хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4						
					закуска	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	18,72	85,9	1,5	5,1	8,3						
					1 блюдо	88	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	26	101,4	4,1	4,6	10,4						
					2 блюдо	272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	100	37	237,0	13,4	9,5	12,2						
обед					гарнир	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	27	277,0	19,1	3,5	40,0						
					сладкое	402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	200	12	84,0	0,8	0,8	20,1						
					хлеб		ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0						
ИТОГО								176,72											

