

30.06.2023
4 уч. Косыба



УТВЕРЖДАЮ
ИП Коломойцев А.В.



прием пищи		№ рецепта	блюда	отд/корп	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	день
завтрак		204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	25	383,6	15,5	16,4	41,0	5
		376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1	
			БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4	
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8	
			ЗАКУСКА	60	14,71	71,4	5,4	5,4	4,6	
		96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8	
		272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	90	35	213,3	15,0	14,0	18,0	
		171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150	22	195,1	7,4	3,6	33,3	
		402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	3	42,6	0,0	0,0	10,7	
			ХЛЕБ	40	3	81,6	2,6	0,4	17,0	
ИТОГО					156,71					
школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ	отд/корп				день	5	
прием пищи			блюда	выход, г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак		204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	240	30	383,6	9,5	6,4	41,0	
		376	ЧАЙ С САХАРОМ	250	4	41,1	0,2	0,0	10,1	
			БАТОН ИЛИ ХЛЕБ	40	3	78,6	2,3	0,9	15,4	
			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО ИЛИ БАНАН), ВОДА	100	18	47,0	0,4	0,4	9,8	
			ЗАКУСКА	100	18,72	71,4	1,1	5,3	4,6	
		96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	26	153,6	5,4	4,9	21,8	
		272	ЗАПЕКАНКА ИЗ МЯСА С СОУСОМ	100	41	237,0	13,4	9,5	12,2	
		171	КАША ПШЕНИЧНАЯ	180	27	195,1	7,4	3,6	33,3	
		402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6	42,6	0,0	0,0	10,7	
			ХЛЕБ	50	3	81,6	2,6	0,4	17,0	
ИТОГО					176,72					