

Утверждаю: **ЕРСКОЕ**  
 Директор: **ООО ФФХ «ОМК»**  
 «СМК» Е.А. Маслакова

Согласовано:  
 Директор школы  
 В.Н. Васильев

День: 09.10.2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

**Завтрак**

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
236/2021	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,16	6,52	32,18	208,0
462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,90	94,0
573/2021	Хлеб «пшеничный»	30	2,28	0,24	15,00	70,2
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,00	10,00	149,0
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	0,40	9,80	44,0
<b>Итого:</b>		<b>575</b>	<b>18,6</b>	<b>19,1</b>	<b>80,9</b>	<b>565,</b>

**Обед**

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
06/2021	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцом и яблоком	60	0,60	3,60	3,00	46,8
118/2021	Суп картофельный с крупой "Крестьянский"	200	1,92	4,00	6,80	70,8
308/2021	Котлета рыбная любительская (горбуша)	100	12,00	7,00	6,00	141,1
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,80	8,82	52,28	335,8
501/2021	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	22,00	86,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,0
574/2021	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,4
531/2021	Ватрушка с творогом	30	3,90	1,40	10,85	72,0
<b>Итого</b>		<b>880</b>	<b>28,40</b>	<b>26,0</b>	<b>141,6</b>	<b>951,</b>
<b>Всего:</b>			<b>47,0</b>	<b>45,1</b>	<b>222,5</b>	<b>1517,</b>