

Утверждено:
 Директор ООО «ФХ «ОМК»
 Т.А. Маслакова

Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев

День: 12.10.2023г. Диета

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	
229/2021	Каша "Дружба"	200	5,20	6,60	27,60	190,60
458/2021	Чай с медом	200	0,40	0,10	14,90	62,00
573/2021	Хлеб «пшеничный»	50	3,80	0,40	24,60	117,00
63/2021	Бутерброд с сыром (и маслом сливочным)	45	6,90	9,00	10,00	149,00
82/2021	Фрукты свежие	100	1,00	1,00	9,80	44,00
Итого:		595	17,3	17,1	86,9	562,1

Обед

N рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции(г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
19/2021	Салат из свежих помидоров и лука	100	0,80	6,20	5,50	81,0
129/2021	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	3,32	9,76	78,2
328/2021	Жаркое «По-домашнему»	200	17,00	14,30	25,80	307,0
495/2021	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	30	2,28	0,24	14,76	70,2
574/2021	Хлеб ржаной	35	3,20	0,60	16,04	82,4
82/2021	фрукты	30	0,3	0,3	3,00	22,0
Итого:		795	29	25,02	94,98	724
Всего:			46,3	42,12	181,88	1287