

Утверждено:
 Директор ООО «ФХЗ ОМК»
 Е.И. Васильева



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 23.10.2023г

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

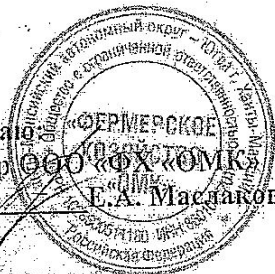
Завтрак

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
373/2021	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
Итого:		575	18,6	19,1	80,9	565,

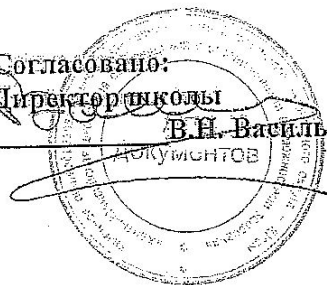
Обед

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	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	141,0
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	82,0
531/2021	Ватрушка с творогом	30	3,90	1,40	10,85	72,0
Итого		880	28,40	26,0	141,6	951,0
Всего:			47,0	45,1	222,5	1511,0

Утверждаю:
 Директор ООО «ФХ «ОМКА»
 Е.А. Маслакова



Согласовано:
 Директор школы
 В.Н. Васильев



День: 23.10.2023г.

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
Итого:		575	18,6	19,1	80,9	565

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	60	0,60	3,60	3,00	46,0
118/2021	Суп картофельный с крупой "Крестьянский"	200	1,92	4,00	6,80	70,0
308/2021	Котлета рыбная любительская (горбуша)	100	12,00	7,00	6,00	141,0
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,80	8,82	52,28	335,0
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	82,0
82/2021	Фрукты свежие	30	0,3	0,15	2,94	1,0
Итого		880	24,8	24,75	133,69	89,0
Всего:			43,4	43,85	214,59	1458,3

Утверждаю:

Директор ООО «ФХ «ОМК»



Согласовано:

Директор школы

В.Н. Васильев



День: 23/10/2023г.

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

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	250	6,45	8,15	40,23	260,0
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
Итого:		625	19,9	20,7	88,9	617,

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	100	1,00	6,00	5,00	78,0
118/2021	Суп картофельный с крупой "Крестьянский"	250	2,40	5,00	8,50	88,5
308/2021	Котлета рыбная любительская	120	12,40	8,40	7,20	168,0
202/2021	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,80	8,82	52,28	335,8
501/2021	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,0
573/2021	Хлеб «Пшеничный»	55	4,18	0,44	27,06	128,0
574/2021	Хлеб ржаной	50	4,0	0,75	20,05	103,0
531/2021	Ватрушка с творогом	30	3,90	1,40	10,85	72,0
итого		1005	36,7	31,0	151,1	1060
Всего:			36,6	31,7	240,1	1677