



Дебердеева Е. В.



Лисенков Н. Н.

М/О: _____ Основка: _____ Отдел: _____ день: **04 октября 2023**

школьники 7-11 лет

Прием пищи	раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П 406	Плов из отварной птицы	150	42,58	256,4	11,42	11,36	27,1
		П 91	Бутерброд с сыром	35	19,7	123	5	8,1	7,4
	гор.напиток	П 503	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9
		П 109	Хлеб ржаной	20	2,03	38,28	1,58	0,26	8,02
Завтрак 2	фрукты	П 648	Булочка	60	11,31	179	4,8	3,8	31,4
Итого завтрак					88,89				
Обед	закуска	П 1	Винегрет овощной	60	6,67	77,56	0,76	6,08	4,99
		П 50,		250	26,01	116,24	13,21	4,11	6,7
	1 блюдо	П 125	Суп картофельный с рыбой	80	39,39	284,53	9,93	18,47	7,72
	2 блюдо	П 270	Котлеты Московские	150	6,43	215,25	14,62	4,5	29,1
	гарнир	П 418	Пюре из гороха с маслом	200	2,07	60	0,1	0	15
	напиток	П 494	чай с сахаром	30	3,05	52,2	1,98	0,36	10,02
хлеб	П 109	Хлеб ржаной	48	5,27	70,5	2,28	0,24	14,76	
	П 108	Хлеб пшеничный							
Итого обед					88,89				

школьники 11-18 лет

Прием пищи	раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	П 406	Плов из отварной птицы	157	44,7	169,71	7,52	7,52	17,94
		П 503	Кофейный напиток с молоком	200	13,27	79	3,2	2,7	15,9
	хлеб	П 109	Хлеб ржаной	20	2,03	38,28	1,58	0,26	8,02
Завтрак 2	фрукты								
Итого завтрак					60				
Обед	закуска	П 1	Винегрет овощной	60	6,67	77,56	0,76	6,08	4,99
		П 50,		250	26,01	116,24	13,21	4,11	6,7
	1 блюдо	П 125	Суп картофельный с рыбой	84	41,03	297,19	10,38	24,86	8,07
	2 блюдо	П 270	Котлеты Московские	180	7,71	258,3	17,54	5,4	34,92
	гарнир	П 418	Пюре из гороха с маслом	200	2,07	60	0,1	0	15
	напиток	П 494	чай с сахаром	15	1,51	26,1	0,99	0,18	5,01
хлеб	П 109	Хлеб ржаной							
Итого обед					85				