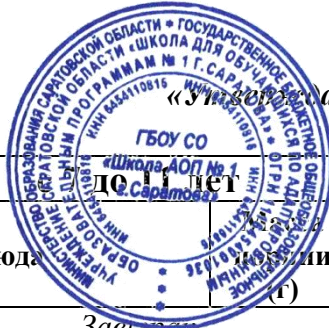


«12» апреля 2022 г.



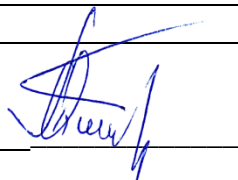
«Утверждаю»  Е.Б. Мельник

Прием пищи, наименование блюда	Количество (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом, сахаром и ягодой	200/5/5/25	6,10	12,10	44,90	273,00
Батон	20	4,10	1,60	29,40	148,00
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00
ИТОГО:	510	10,30	13,70	89,30	481,00
<i>Обед</i>					
Рассольник "Ленинградский" на бульоне	200	1,60	4,08	16,50	109,20
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,40	6,30	36,60	225,00
Печень говяжья тушеная в соусе	90/25	18,75	7,71	2,19	152,95
Свекла тушеная	60	1,08	2,28	6,54	51,00
Хлеб пшеничный .	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,26	143,80
ИТОГО:	790	33,08	20,97	125,58	819,25
<i>Полдник</i>					
Пирожок с картошкой	100	5,87	3,20	42,13	221,33
Компот из изюма	200	0,36	0,00	35,00	141,40
ИТОГО:	300	6,23	3,20	77,13	362,73
ВСЕГО:		49,60	37,87	292,01	1662,98

с 12 до 18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом, сахаром и ягодой	250/5/5/25	7,63	15,13	56,13	341,25
Батон	20	4,10	1,60	29,40	148,00
Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00
ИТОГО:	560	11,83	16,73	100,53	549,25
<i>Обед</i>					
Рассольник "Ленинградский" на бульоне	250	2,00	5,10	20,63	136,50
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00
Печень говяжья тушеная в соусе	100/30	21,19	8,71	2,47	172,90
Свекла тушеная	100	1,80	3,80	10,90	85,00
Хлеб пшеничный .	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,26	143,80
ИТОГО:	925	37,72	25,77	141,67	945,50
<i>Полдник</i>					
Пирожок с картошкой	100	5,87	3,20	42,13	221,33
Компот из изюма	200	0,36	0,00	35,00	141,40
ИТОГО:	300	6,23	3,20	77,13	362,73
ВСЕГО:		55,77	45,70	319,32	1857,48

Врач _____



Осипенко Т.Н.

7 день 10-дневного меню, утвержденного 31.03.2021г.