

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Шимкусская СОШ

Е.С.Емельянова

" 31 " 12 2022г

Неделя 1 День 2									
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Возрастная категория: 7-11 лет									
Завтрак									
	Итого за завтрак		0,00	0,00	0,00	0,00			
Обед									
	Итого за обед		0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за день			0,00	0,00	0,00	0,00			
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200/10	6,08	11,18	33,48	260,00	175**		
	Сыр порциями	30	6,96	8,85	0,00	107,49	15**		
Итого за завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,10	1,90	15,94	100,60	379**		
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	ПР		
			20,09	22,43	73,57	584,99			
Итого за обед	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	5,04	18,06	134,00	51*		
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,89	4,65	19,98	147,00	139*		
Итого за день	Птица тушенная в смет. соусе	100(60/40)	13,88	17,78	4,50	199,00	493*		
	Макаронные изделия отварные	180	6,38	5,87	42,62	253,00	516*		
Итого за завтрак	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	28,88	116,00	639*		
	Хлеб ржаной	60	3,36	0,66	29,64	137,94	ПР		
			31,80	34,00	143,68	986,94			
Итого за обед			51,89	56,43	217,25	1571,93			
Итого за день									