

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Шимкусская СОШ
Е. С. Емельянова

2022Г



Неделя 1 День 5									
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									
	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом	200/10	9,04	13,44	36,96	318,00			173**
	Яйцо отварное	40	4,08	3,60	0,28	62,84			209**
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
Итого за завтрак			20,17	19,44	77,33	598,34			
	Салат из белокочанной капусты	100	1,55	5,08	9,42	88,00			43*
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/5	2,84	5,37	20,84	146,00			140*
Обед	Жаркое по-домашнему	200	17,85	98,38	21,68	301,52			436*
	Чай с лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59,00			686*
	Хлеб пшеничный	50	1,58	0,20	19,76	81,96			ПР
Итого за обед			24,08	109,09	86,92	676,48			
Итого за день			44,25	128,53	164,25	1274,82			