

Сезон: осенне-зимний  
Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 17» марта 2023 г

| Наименование блюда                | Норма по СР | Выход (гр) | Пищевая ценность |              |               |             |
|-----------------------------------|-------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------|
|                                   |             |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Калл        |
| <b>Десятый день (пятница)</b>     |             |            |                  |              |               |             |
| <b>Завтрак</b>                    |             |            |                  |              |               |             |
| Суп молочный с крупой             | 161*        | 150        | 3,1              | 3,0          | 11,3          | 84          |
| Кисель из концентрата             | 648*        | 200        | 1,04             | 0            | 30,96         | 139         |
| Хлеб пшеничный                    |             | 50         | 3,9              | 1,05         | 26,50         | 132         |
| <b>Итого:</b>                     |             | 400        | <b>13,44</b>     | <b>8,6</b>   | <b>84,96</b>  | <b>485</b>  |
| <b>Обед</b>                       |             |            |                  |              |               |             |
| Помидоры свежие порциями          |             | 60         | 0,48             | 0,12         | 3,12          | 12          |
| Суп картофельный с макарон. издел | 112/2011    | 250        | 2,57             | 2,8          | 15,7          | 109         |
| Биточки рубленые с соусом         | 451*        | 100(60/40) | 9,54             | 12,96        | 9,6           | 175         |
| Каша гречневая рассыпчатая        | 508*        | 180        | 10,51            | 7,94         | 51,7          | 325         |
| Компот из свежих яблок            | 631*        | 200        | 0,16             | 0,16         | 27,87         | 109         |
| Хлеб ржаной                       |             | 60         | 4,2              | 0,72         | 27,42         | 126         |
| <b>Итого:</b>                     |             | 850        | <b>27,46</b>     | <b>24,7</b>  | <b>135,41</b> | <b>856</b>  |
| <b>Полдник</b>                    |             |            |                  |              |               |             |
| Булочка домашняя                  | 769*        | 50         | 3,75             | 6,60         | 30,45         | 197         |
| Напиток лимонный                  | 699*        | 200        | 0,14             | 0,02         | 24,43         | 96          |
| <b>Итого:</b>                     |             | 250        | <b>6,83</b>      | <b>7,09</b>  | <b>41,31</b>  | <b>275</b>  |
| <b>Всего:</b>                     |             | 1500       | <b>47,73</b>     | <b>40,40</b> | <b>261,68</b> | <b>1616</b> |

Повар: \_\_\_\_\_ Н.А. Стёксова