

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 20 » января 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