

Утверждаю:



« *22* » *июня* 2023г.

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Фрукты свежие	100	0,8	0,2	10,6	52		
2	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66		
3	Сыр российский	10	2,32	2,94	0	36	42	
4	Запеканка рисовая с творогом	150	9,1	7,47	49,86	303	189	
5	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	14,96	97,13	395	
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,24	20,92	93,2		
7	Итого за завтрак:		18,53	20,73	96,44	647,33		

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность	№ рецептур ы	Цена
			Белки	Жиры	Углевод ы			
1	Салат из белокачанной капусты	80	1,13	4,06	7,22	69,92	20	
2	Суп картофельный с клёцками	200/50	2,93	3,11	16,61	106,15	85	
3	Рыба (филе) припущенная	100	16,87	0,64	0,8	75	245	
4	Пюре картофельное	150	3,05	4,8	20,43	137,25	321	
5	Кисель из сушеных фруктов	200	0,23	0,01	35,27	102	379	
6	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	26,1	116,5		
7	Хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5		
	Сок натуральный	200	1,50	0,00	22,80	97,20		
	Итого за обед:		32,91	13,52	152,43	811,52		
	Итого за день							178

Повар