

Утверждаю

Согласовано
Директор КГБОУ Находкинская КШ

Индивидуальный предприниматель


Е.В. Богачева


Щербакова Е.Д.



2023 г.



2023 г.

| вторник | | | 7-11 лет | | | | | |
|----------------|-------------|--------|-----------------------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | | | | | |
| автрак | гор.блюдо | ТК№229 | Каша "Дружба" | 200 | 195 | 4,5 | 6 | 30 |
| | хлеб | ТК573 | Хлеб пшеничный | 60 | 141 | 4,7 | 0,6 | 29 |
| | гастрономия | ТК79 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 66,1 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |
| | фрукт | | яблоко | 130 | 70,5 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | гор.напиток | ТК№213 | Кофейный напиток | 200 | 174 | 5,53 | 6,06 | 24,63 |
| | | | Итого за прием пищи: | 600 | 646,6 | 15,43 | 20,56 | 98,43 |
| | молоко | | Молоко в т/п | 200 | 107 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| обед | | | | | | | | |
| Обед | закуска | ТК№150 | Икра кабачковая | 60 | 36 | 0,8 | 1,8 | 4 |
| | 1 блюдо | ТК№96 | Борщ Сибирский | 200 | 80 | 2,94 | 3,7 | 8,76 |
| | 2 блюдо | ТК№698 | Биточки | 100 | 213 | 14,2 | 11,4 | 13 |
| | гарнир | ТК№152 | Картофель отварной | 150 | 112,5 | 3 | 0,6 | 23,7 |
| | хлеб | ТК№573 | Хлеб пшеничный | 40 | 94,00 | 3,00 | 0,30 | 19,70 |
| | 3 блюдо | ТК№484 | Кисель | 200 | 60 | 0 | 0 | 15 |
| | | | Итого за прием пищи: | 750 | 595,5 | 23,94 | 17,8 | 84,16 |