

Утверждаю

Согласовано  
Директор КГБОУ Находкинская КШ

Индивидуальный предприниматель



Е.В. Богачева

2023 г.



Щербакова Е. Д.

2023

вторник			7-11 лет					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>								
Завтрак	гор.блюдо	ТК№230	Каша манная жидкая	150	120	3	3,9	22,5
	гастрономия	ТК№75	Сыр (порциями)	10	54,3	3,5	4,4	0
	хлеб	ТК213	Хлеб пшеничный	30	71,06	2,29	0,19	15,04
	фрукт		Яблоко	130	81,9	0,3	0,2	17,1
	гор.напиток	ТК№462	Какао с молоком	200	94	5,2	5,2	19,5
	молоко		Молоко в т/п	200	107	5,8	5	9,6
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>528,26</b>	<b>20,09</b>	<b>18,89</b>	<b>83,74</b>
<b>обед</b>								
	Закуска	ТК№26	Свекла отварная	60	37,7	1	1,6	4,9
Обед	1 блюдо	ТК59	Рассольник домашний	200	76,8	1,8	3,2	10,8
	2 блюдо	ТК296	Рыба припущенная	90	132,3	17,7	6,7	0,5
	гарнир	ТК152	Картофель отварной	150	112,5	3	0,6	23,7
	хлеб	ТК№213	Хлеб пшеничный	60	141	4,7	0,6	29
	3 блюдо	ТК№496	Напиток из шиповника	200	112,5	0,5	0,2	26,8
			<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>760</b>	<b>612,8</b>	<b>28,7</b>	<b>12,9</b>	<b>95,7</b>