

Согласовано
Директор КГБОУ Находкинская КШ

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель



Е.В. Богачева

2023 г.



Щербакова Е.Д.

2023 г.

среда		12-18 лет						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак								
автрак	гор.блюдо	ТК№213	Каша гречневая молочная	250	350	10,5	10	55
	гастрономия	ТК№79	Масло сливочное (порциями)	10	66,1	0,1	7,3	0,1
	хлеб	ТК№213	Хлеб пшеничный	60	141	4,7	0,6	29
	хлеб	ТК573	Хлеб ржано-пшеничный	40	79,2	2,6	0,5	15,8
	гор.напиток	ТК№457	Чай с сахаром и лимоном	200	38	0,2	0,1	9,3
			Итого за прием пищи:	560	674,3	18,1	18,5	109,2
	молоко		Молоко в т/п	200	107	5,8	5	9,6
обед								
Обед	закуска	ТК№16	Огурец соленый	100	13	0,8	0,1	1,7
	1 блюдо	ТК№101	Суп с фрикадельками	250	152	8,95	9,57	7,5
	2 блюдо	ТК№307	Биточки рыбные	100	164	12,6	5,9	15
	гарпир	ТК№388	Пюре из гороха	180	164	13,1	0,9	25,7
	хлеб	ТК№213	Хлеб пшеничный	40	117,5	3,8	0,4	24,6
	3 блюдо	ТК№495	Компот из сухофруктов	200	111,2	0,6	0	29
			Итого за прием пищи:	870	721,7	39,85	16,87	103,5