

Согласовано
 Директор КГБОУ Находкинская КШ



Е.В. Богачева

2023 г.

Утверждаю

Индивидуальный предприниматель



Щербакова Е.Д.

2023 г.

Прием пищи		Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
среда									
12-18 лет									
завтрак									
Завтрак	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	
	гарнир	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	