

Согласовано

Директор КГБОУ Находкинская КШ

Е.В. Богачева

2023 г.



Утверждаю

Индивидуальный предприниматель

Щербакова Е. Д.

2023 г.



| пятница        |             |        | 7-11 лет                                     |            |                         |              |              |               |
|----------------|-------------|--------|--|------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|
| Изм пищи       | Раздел      | № рец. | Блюдо  | Выход, г   | Энергетическая ценность | Белки        | Жиры         | Углеводы      |
| <b>завтрак</b> |             |        |  |            |                         |              |              |               |
| завтрак        | гор.блюдо   | ТК№217 | Запеканка рисовая с творогом, вареньем       | 200        | 357                     | 11           | 5,1          | 65,8          |
|                | хлеб        | ТК213  | Хлеб пшеничный                               | 60         | 71,06                   | 2,29         | 0,19         | 15,04         |
|                | хлеб        | ТК№213 | Хлеб ржано-пшеничный                         | 40         | 79,2                    | 2,6          | 0,5          | 15,8          |
|                | гастрономия | ТК79   | Масло сливочное (порциями)                   | 10         | 99,15                   | 0,15         | 10,95        | 0,15          |
|                | гор.напиток | ТК459  | Чай с сахаром и лимоном                      | 200        | 40                      | 0,3          | 0,1          | 9,5           |
|                | молоко      |        | Молоко в т/п                                 | 200        | 107                     | 5,8          | 5            | 9,6           |
|                |             |        | <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>710</b> | <b>753,41</b>           | <b>22,14</b> | <b>21,84</b> | <b>115,89</b> |
| <b>обед</b>    |             |        |  |            |                         |              |              |               |
| обед           | Закуска     | ТК№17  | Помидор свежий (нарезка)                     | 60         | 14,4                    | 0,7          | 0,1          | 2,3           |
|                | 1 блюдо     | ТК№128 | Суп лапша домашняя                           | 200        | 71,4                    | 0,8          | 3,08         | 8,9           |
|                | 2 блюдо     | ТК№3   | Гуляш из птицы                               | 90         | 109,7                   | 13,6         | 5,3          | 1,8           |
|                | 3 блюдо     | ТК№205 | Каша рисовая рассыпчатая                     | 150        | 204                     | 3,6          | 4,7          | 36            |
|                | хлеб        | ТК№213 | Хлеб пшеничный                               | 60         | 141                     | 4,7          | 0,6          | 29            |
|                | 3 блюдо     | ТК№484 | Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200        | 60                      | 0            | 0            | 15            |
|                |             |        | <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>760</b> | <b>600,5</b>            | <b>23,4</b>  | <b>13,78</b> | <b>93</b>     |