



18 ноября 2022 года

На 7-10 лет

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
Завтрак														
37	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	250	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16	
389	Мандарин	250	1		20,2	84,8	14	14	8	2,8	0,02	4		0,2
	Сок фруктовый	200	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Бутерброд с сыром	30/20	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	ИТОГО:		10,52	9,95	94,67	471,44	221,98	230,08	68,22	2,23	0,247	7,33	30,6	3,05
Стоимость- 108,72руб														
Обед														
15	Салат из вареной свеклы	90	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
201	Рассольник Ленинградский	250/30	1,8	4,92	10,93	100,99	49,73	26,1	49,97	1,2	0,05	10,68	0,03	
312	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16	
260	Гуляш	100	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8
868	Чай с сахаром	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	Хлеб пшеничный I сорта	30	74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,6 7
	ИТОГО:					69,62 руб								

ответственная за питание  Лушкина Е. Р./

18 ноября 2022 года

На 11-17 лет



Утверждаю
Старостина С. В./

№ ре- птуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины					
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E		
Завтрак																
15	Салат из вареной свеклы	100	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8			
201	Рассольник Ленинградский	350	1,8	4,92	10,93	100,99	49,73	26,1	49,97	1,2	0,05	10,68	0,03			
312	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16			
260	Гуляш	120	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8		
868	Чай с сахаром	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8		
	Хлеб пшеничный I сорта	40	74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,6 7		
ИТОГО:			68,44 руб													

ответственная за питание  / Лушкина Е. Р./