

Рацион: школьники 7-11 лет

Неделя : 1

День: вторник

120522



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	Каша пшеничная вязкая на молоке	220	9	8	53	320	256
	Масло сливочное	10		8		71	7
	Сыр порционнo	12	3	3		41	9
	Какао с молоком	200	4	4	30	172	663
	хлеб пшеничный	30	2	1	16	80	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>502</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>112</b>	<b>747</b>	
<b>Итого сумма 68-13</b>							
<b>Обед</b>							
	Огурцы свежие	30			1	4	71
	Суп картофельный с клецками	200	3	5	19	130	108
	Гуляш из куриного филе	80	1	4	3	51	311
	Макаронные изделия отварные	120	4	5	23	160	291
	Напиток Витаминный	200			17	70	473
	хлеб пшеничный	100	8	3	53	268	28
	хлеб ржаной	30	2		13	63	32
<b>Итого за Обед</b>		<b>760</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>129</b>	<b>746</b>	
<b>Итого сумма 102-22</b>							
<b>Полдник</b>							
	Сок в ассортименте	200	1		18	76	682
	Печенье	40	8	5	26	180	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>240</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>44</b>	<b>256</b>	
<b>Итого сумма 51-11</b>							
<b>Итого за день</b>		<b>1 502</b>	<b>47</b>	<b>46</b>	<b>285</b>	<b>1749</b>	

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*