



Утверждаю:
 Директор ООО "ОП"
 М.Л.Фомин

Комплекс 5-11 класс 221,52

| Но- мер | I день Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Дата | | | | Угле- воды, | ЭЦ, ккал |
|---------------------------|---|---------------|--------------|--------------|-------------|-------------|----------------|--------------|
| | | | Белки, г | | Жиры, г | | | |
| | | | всего | в т.ч. | всего | в т.ч. | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 5/4 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 250 | 6,67 | 2,98 | 9,55 | 0,4 | 36,9 | 258,3 |
| 2/13 | Хлеб с сыром | 50/15 | 7,98 | 4,27 | 4,76 | 0,44 | 22,86 | 169,1 |
| 29/10 | Чай с лимоном | 200/5 | 0,12 | 0 | 0,02 | 0,02 | 10,08 | 39,63 |
| - | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0 | 0,48 | 0,48 | 16,68 | 77,35 |
| Итого за 'Завтрак' | | | 17,42 | 7,25 | 14,8 | 1,34 | 86,52 | 544,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 29/2 | Суп-пюре из картофеля | 250 | 3,2 | 1,44 | 3,66 | 0,32 | 16,76 | 111,3 |
| 40/2 | Гренки (сухарики) | 10 | 0,86 | 0 | 0,1 | 0,11 | 5,12 | 25,2 |
| 40/8 | Фрикадельки из мяса тушеные в соусе тгк | 100 | 11,02 | 10,14 | 18,4 | 0,09 | 6,75 | 237 |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,36 | 0,04 | 3,57 | 0,8 | 40,93 | 220,7 |
| 6/10 | Компот из смородины | 200 | 0,12 | 0 | 0,04 | 0,04 | 11,94 | 46,52 |
| - | Хлеб витаминизированный | 50 | 3,31 | 0 | 0,33 | 0,33 | 23,45 | 112 |
| - | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0 | 0,48 | 0,48 | 16,68 | 77,35 |
| Итого за 'Обед' | | | 27,5 | 11,62 | 26,6 | 2,16 | 121,6 | 830,1 |
| Итого за день | | | 44,92 | 18,87 | 41,4 | 3,5 | 208,2 | 1374 |