



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

Комплекс 5-11 класс 221,52

4 день		Дата						
Но-мер	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды,	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.		
Завтрак								
15/5	Запеканка из творога с рисом	200	28,6	28,3	19,9	4,28	35,89	439,2
-	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
-	Батон витаминизированный	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69
Итого за 'Завтрак'			38,18	28,3	24,9	6,4	130,8	890,7
Обед								
2/2	Борщ со сметаной	250	2,26	0	5,91	5,22	12,88	109,8
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0	2,07	2,07	41,37	205,1
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	11,78	14,2	6,36	2,91	191
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Хлеб витаминизированный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
Итого за 'Обед'			27,63	11,78	22,8	14,29	98,51	693,1
Итого за день			65,81	40,09	47,8	20,7	229,3	1584