

Согласовано:



Утверждаю:



Директор ООО "ОП"  
М.Л.Фомин

**Комплекс 5-11 класс 221,52**

8 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.		
<b>Завтрак</b>								
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом	250	6,27	3,78	10,5	0,64	33,06	250,3
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37
-	Батон витаминизированный	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
-	Печенье	30	2,25	0	2,94	0	23,01	126,7
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>16,61</b>	<b>6,62</b>	<b>18,1</b>	<b>2,09</b>	<b>103,1</b>	<b>631,6</b>
<b>Обед</b>								
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	0	5,56	5,56	24,31	164,1
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,8	40,93	220,7
12/8	Гуляш из куриного филе	100	14,56	13,85	15,5	0,09	5,33	217,5
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
-	Хлеб витаминизированный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>32,73</b>	<b>13,88</b>	<b>25,4</b>	<b>7,27</b>	<b>121,7</b>	<b>837,1</b>
<b>Итого за день</b>			<b>49,33</b>	<b>20,5</b>	<b>43,5</b>	<b>9,36</b>	<b>224,9</b>	<b>1469</b>