



Утверждаю:

Директор ООО "ОП"

М.Л.Фомин

Комплекс 5-11 класс 221,52

Но- мер	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.		
9 день								
Завтрак								
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	9,8	3,63	12,6	1,62	43,14	315,6
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,12	0	0,02	0,02	10,08	39,63
1/13	Хлеб с маслом	50/10	3,88	0,08	7,7	0,45	23,58	181,1
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>16,45</b>	<b>3,71</b>	<b>20,9</b>	<b>2,57</b>	<b>93,48</b>	<b>613,6</b>
Обед								
2/2	Борщ со сметаной	250	2,26	0	5,91	5,22	12,88	109,8
11/3	Капуста тушеная	180	4,2	0	3,42	3,89	20,83	121,3
12/8	Гуляш из мяса свинины	100	11,6	10,88	26,8	0,09	5,33	307,6
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	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>23,45</b>	<b>10,88</b>	<b>36,8</b>	<b>9,92</b>	<b>86,93</b>	<b>755,2</b>
<b>Итого за день</b>			<b>39,9</b>	<b>14,59</b>	<b>57,7</b>	<b>12,5</b>	<b>180,4</b>	<b>1369</b>