

Утверждаю:

директор МКОУ СОШ 9

п. Верхняя Кугульта

А.В. Вербина

День 6											
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Категория: дети (младшие)					Категория: дети (старшие)				
		Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы			белки	жиры	углеводы	
	Завтрак										
182/2017	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным м.д.ж. 72,5%	200/7	6,71	11,47	30,07	250,69	220/7	6,71	11,47	30,07	250,69
14/2017	Масло сливочное "Крестьянское" м.д.ж.72,5% (порциями)	10	0,10	7,25	0,13	66,10	10	0,10	7,25	0,13	66,10
15/2017	Сыр "Российский" (порциями)	10	2,30	2,90	0,00	36,00	10	2,30	2,90	0,00	36,00
377/2017	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,10	0,00	15,20	60,00	200/7	0,10	0,00	15,20	60,00
г/п	Фрукты свежие (яблоко) калиброванное	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50	1 шт./100	0,60	0,60	14,70	70,50
г/п	Хлеб пшеничный	30	3,31	2,40	14,94	78,60	30	3,31	2,40	14,94	78,60
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20
	Итого	584	14,44	24,86	81,88	598,09	604	14,44	24,86	81,88	598,09
	Обед										
103/2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,81	2,91	20,71	121,53	250	2,81	2,91	20,71	121,53
295/2017	Котлета рубленая из птицы	90	19,46	4,94	14,78	182,93	100	21,01	5,12	15,10	196,10
305/2017	Рис припущенный	150	3,54	8,99	38,91	249,89	180	3,80	9,01	39,22	250,87
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	19,98	104,00	200	0,00	0,00	19,98	104,00
52/2017	Свекла тушеная	60	0,63	0,21	4,41	20,90	100	0,66	0,23	4,39	21,54
г/п	Хлеб пшеничный	50	3,85	5,40	24,90	131,00	50	3,85	5,40	24,90	131,00
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,20	20	1,32	0,24	6,84	36,20
	Итого	820	31,61	22,69	130,53	846,44	900	33,45	22,91	131,14	861,24
	Всего за день	1404	46,05	47,55	212,41	1444,53	1504	47,89	47,77	213,01	1459,33