

А.Б.Бахметьев

Утверждаю:

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях
для возрастной категории 7-11 лет

на 19 ноября 2024 год

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Капуста квашеная	60	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
Биточки рыбные	100	7,5	7	12	145	82/2015
Пюре картофельное со сливочным маслом	150	3,1	4,9	21,9	137	260/2015
Кисель плодоягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	303/2015
Хлеб ржаной йодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Фрукты свежие (яблоки)	140	0,5	0,5	13,7	66	338/2015
ИТОГО:		15,4	12,96	97,2	557,2	

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Икра кабачковая	60	0,7	2,8	4,6	47	ПР
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,5	8,2	17,3	90	82/2015
Гуляш	100(50/50)	14,5	16,7	2,8	221	260/2015
Каша вязкая рисовая со сливочным маслом	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
ИТОГО:		24,3	32,5	88,4	672	

Борисова Т.И.

Рыбчинская О.М.