

И.С.Тулешова

На 20.06.2025г

| Прием                | Раздел     | № рец.  | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийно | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------|------------|---------|----------------------------------|----------|-------|-----------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>7-11 лет  |            | 54-6о   | Яйцо вареное                     | 40       | 11.00 | 57        | 5     | 4    | 0        |
|                      | гор.напито | 54-21гн | Какао с молоком                  | 200      | 15.03 | 100       | 5     | 4    | 13       |
|                      |            | 53-19з  | Масло сливочное (порциями)       | 15       | 6.25  | 99        | 0     | 11   | 0        |
|                      |            | 54-1з   | Сыр твердых сортов в нарезке     | 30       | 5.25  | 108       | 7     | 9    | 0        |
|                      | хлеб       | Пром    | хлеб пшеничный йодированный      | 50       | 3.75  | 117       | 4     | 0    | 25       |
|                      |            | Пром    | хлеб ржано- пшеничный            | 50       | 5.83  | 98        | 3     | 1    | 20       |
|                      |            | Пром    | Апельсин                         | 120      | 24.00 | 45        | 1     | 0    | 10       |
|                      |            |         | Итого                            | 505      | 71    | 624       | 25    | 29   | 67       |
| Обед<br>7-11 лет     | 1 блюдо    | 36      | Суп бабушкин                     | 250      | 18.12 | 208       | 8     | 14   | 12       |
|                      | 2 блюдо    | 1       | Пирожки печеные с мясом (курник) | 135      | 28.41 | 319       | 18    | 9    | 42       |
|                      | закуска    | 1       | Салат фруктовый с йогуртом       | 80       | 18.26 | 50        | 2     | 1    | 8        |
|                      | сладкое    | 54-32хн | Компот из свежих яблок           | 250      | 8.25  | 52        | 0     | 0    | 12       |
|                      | хлеб бел.  | Пром    | хлеб пшеничный йодированный      | 70       | 5.25  | 164       | 5     | 1    | 34       |
|                      | хлеб черн. | Пром    | хлеб ржано- пшеничный            | 50       | 5.83  | 98        | 3     | 1    | 20       |
|                      |            |         | Итого                            | 835      | 84    | 890       | 36    | 25   | 129      |
| Завтрак<br>12-18 лет |            | 54-6о   | Яйцо вареное                     | 40       | 11.00 | 57        | 5     | 4    | 0        |
|                      | гор.напито | 54-21гн | Какао с молоком                  | 250      | 15.03 | 126       | 6     | 4    | 16       |
|                      |            | 53-19з  | Масло сливочное (порциями)       | 20       | 13.50 | 132       | 0     | 15   | 0        |
|                      |            | 54-1з   | Сыр твердых сортов в нарезке     | 30       | 5.25  | 108       | 7     | 9    | 0        |
|                      | хлеб       | Пром    | хлеб пшеничный йодированный      | 70       | 5.25  | 164       | 5     | 1    | 34       |
|                      |            | Пром    | хлеб ржано- пшеничный            | 70       | 8.17  | 137       | 5     | 1    | 28       |
|                      |            | Пром    | Апельсин                         | 150      | 42.00 | 57        | 1     | 0    | 12       |
|                      |            |         | Итого                            | 630      | 100   | 780       | 29    | 34   | 91       |
| Обед<br>12-18 лет    | 1 блюдо    | 36      | Суп бабушкин                     | 280      | 20.45 | 232       | 9     | 16   | 14       |
|                      | 2 блюдо    | 1       | Пирожки печеные с мясом (курник) | 135      | 28.41 | 319       | 18    | 9    | 42       |
|                      | закуска    | 1       | Салат фруктовый с йогуртом       | 100      | 22.83 | 62        | 3     | 2    | 10       |
|                      | сладкое    | 54-32хн | Компот из свежих яблок           | 210      | 8.25  | 44        | 0     | 0    | 10       |
|                      | хлеб бел.  | Пром    | хлеб пшеничный йодированный      | 100      | 7.50  | 234       | 8     | 1    | 49       |
|                      | хлеб черн. | Пром    | хлеб ржано- пшеничный            | 100      | 11.66 | 196       | 7     | 1    | 40       |
|                      |            |         | Итого                            | 925      | 99    | 1087      | 44    | 28   | 165      |

