

Утверждаю
директор МКОУ «ЦО Краснолесский»
Агеева Н.В.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-20з-2020	Горошек зеленый	60	1,7	0,1	3,5	22,1
54-1о-2020	Омлет натуральный	160	13,5	19,2	3,5	240,5
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Мандарин (поштучно)	100	0,8	0,2	7,5	35
Пром.	Батон нарезной	30	2,3	0,9	15,4	78,5
	Итого за завтрак		22,3	30,6	41,2	528,2
	Стоимость питания	73,80				

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак	Каша манная молочная	200	8,12	9,39	35,99	261,42
	Чай с сахаром	200	0,05	0,01	8,39	33,85
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,36	7,49	14,89	136,6
	Итого за завтрак		10,53	16,89	59,27	431,87
	Стоимость питания	34,53				

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,41	52,97
	Суп картофельный с крупой (манная) на курином бульоне	200	3,85	3,87	17,68	101,6
	Гарнир гречневый	120	7,09	4,93	32,02	199,62
	Соус томатный	40	0,24	0,67	1,33	12,42
	Котлеты рубленые из кур	70	9,2	9,68	6,98	170,99
	Хлеб ржаной	30	2,14	0,36	11,24	53,6
	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113
	Итого за обед		23,8	22,58	102,42	704,2
Стоимость питания	75,00					