

Категория: Учащиеся 11 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	200	17,24	26,76	4,62	326,16	0,62	301
ЗАВТРАК	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119	7	115
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	7,20	7,88	36,02	245,6	2,74	501
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0	108
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			28,24	43,74	60,64	749,51	10,36	
ОБЕД	Горошек зеленый консервированный	100	4,40	0,40	12,60	69	25	700
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	25,50	55,75	139,00	1110	3,75	156
ОБЕД	Котлеты, биточки, шарики из мяса птицы рубленные школьные (рец. №3) (с соусом красным основным)	80	12,16	11,44	11,60	203,2	0	352
ОБЕД	Рис отварной	180	4,43	7,29	40,57	245,52	0	414
ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110	0,5	508
ОБЕД	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0	108
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	109
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			52,19	75,68	259,77	1883,47	29,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			80,43	119,42	320,41	2632,98	39,61	