

Согласовано:
Директор МАОУ ЦМО СО СОШ 13 с УИОП
Титова Е.Е.

Утверждено:
ИП Токарева Е.Г.

2 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
Завтрак						
ТК 2/4*	Каша гречневая молочная с	220	8,60	6,78	37,92	256,32
ТТК	Масло сливочное	10	0,08	5,25	0,13	66,06
пром.	Батон витаминизированный	30	2,31	0,90	15,99	80,86
ТК 32/10*	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	4,21	14,39	96,37
ТТК	Яйцо отварное	40	5,08	2,60	0,28	62,78
Итого за 'Завтрак'		500	19,21	19,74	68,71	562,40
Обед						
14, сб.202	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	0,38	2,93	2,24	36,68
ТК 21/2*	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	200	4,75	15,16	18,21	194,47
ТТК	Минтай, запеченный в сухарях Панко	100	12,39	3,39	9,12	188,26
146, сб.202	Пюре картофельное	150	3,05	4,76	21,68	143,54
ТК 6/10*	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	22,18	97,60
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	20,64	98,20
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68
Итого за 'Обед'		770	26,07	26,94	102,41	797,43
Итого за день		1270	45,28	46,68	171,12	1359,83