

Возрастная категория: 12-18лет

День: среда.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
128/2008г	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,80	11,8	38,00	270
1/2013г	Бутерброд с маслом сливочным	60	3,68	12,83	21,93	232,85
	Помидоры свежие порционно	100	7,90	0,20	0,50	35,40
	Хлеб пшеничный	60	4,62	0,48	29,7	141,60
261/2013г	Чай с сахаром	200	0,20	0,0	14,00	56,80
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		620	24,20	25,31	104,13	736,65
			24	25	25	25
ОБЕД						
65/2013г	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,62	5,70	21,00	141,70
ттк	Плов из говядины	220	17,82	22,49	49,42	449,43
ПП	Йогурт	100	2,80	6,00	4,20	94,00
	Хлеб пшеничный	50	3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	17,56	84,76
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	128,0
ИТОГО ЗА ОБЕД:		860	34,33	35,03	148,33	1015,89
			35	35	35	34
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,53	60,34	252,46	1752,5386

59

60

60

59