

Школа МБОУ ООШ № 12

10 день  
ПЯТНИЦА

Утвердил должность  
ФИО  
Дата



Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Раздел       | № рецеп  | Блюдо                  | Выход | Пищевые вещества |       |       | Калорийность, ккал |
|------------|--------------|----------|------------------------|-------|------------------|-------|-------|--------------------|
|            |              |          |                        |       | Б                | Ж     | У     |                    |
| Завтрак    | гор. блюдо   | 406/2013 | Плов из отварной птицы | 240   | 16,38            | 16,27 | 38,80 | 367,50             |
|            | овощи        | 106/2013 | Огурец св              | 35    | 0,48             | 0,06  | 1,50  | 8,40               |
|            | гор. напиток | 93/2013  | Чай с сахаром          | 200   | 0,10             | 0,00  | 15,00 | 60,00              |
|            | фрукты       | 112/2013 | Фрукт св               | 100   | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00              |
|            |              | 108/2013 | Хлеб пшеничный         | 25    | 1,90             | 0,20  | 12,30 | 58,75              |
|            |              |          |                        |       |                  |       |       |                    |
| ИТОГО      |              |          |                        | 600   | 19,26            | 16,93 | 77,4  | 541,65             |