

« 4 » 10 2023 г.

День 4

Утверждаю

Директор школы

Р. А. Абдулгамидов

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|--------------------------------------|-------------|----------------------|-----|----|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Гуляш из говядины | 90 | 12 | 9 | 7 | 126 | 277 | |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5 | 9 | 30 | 213 | 204 | |
| | Сок | 200 | 0,4 | 0,3 | 10 | 82 | 376 | |
| Итого за завтрак | Хлеб | 40 | 3 | | 14 | 106 | 1 | |
| | пшеничный | | | | | | | |
| Итого за день | | | 20 | 18 | 61 | 563 | | |