

4 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	
		7-11 лет	12-18 лет
54-6м-2020	Биточки из говядины	75	75
54-1г-2020	Макароны отварные	150	200
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	200
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	45
	Итого	455	520
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	100	120
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	200
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	200
Пром	Хлеб в ассортименте	60	60
	Итого	650	770
	Всего	1105	1290

Белки, г.		Жиры, г.		Углеводы, г.		Калорийност
7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет
Завтрак						
13.7	13.7	13.6	13.6	12.2	12.2	226.3
5.3	7.1	5.5	7.4	32.8	43.7	202
0.3	0.3	0.1	0.1	10.3	10.3	42.8
2	3	0.4	0.5	11.9	17.8	58.7
21.3	24.1	19.6	21.6	67.2	84	529.8
Обед						
4.7	5.9	6.1	7.6	10.1	12.6	114.3
14.9	18	15.6	18.8	2.3	2.9	210.2
4.5	6	5.9	7.7	26.5	35.3	176
0.2	0.2	0	0	6.4	6.4	26.8
4	4	0.7	0.7	23.8	23.8	117.4
24.3	30.1	27.6	34.1	45.3	57.2	527.3
45.6	54.2	47.2	55.7	112.5	141.2	1057.1

гъ, Ккал.

12-18 лет

226.3

269.3

42.8

88

626.4

142.8

252.3

234.6

26.8

117.4

656.5

1282.9