

5 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г.	
		7-11 лет	12-18 лет
54-12м-2020	Плов с курицей	200	250
54-23гн-2020	Кофейный напиток	200	200
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	45
Пром	Фрукт	70	70
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>565</b>
54-20з-2020	Горошек зеленый	40	40
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	250
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	100
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	200
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	200
Пром	Хлеб в ассортименте	60	60
	<b>Итого</b>	<b>730</b>	<b>850</b>
	<b>Всего</b>	<b>1230</b>	<b>1415</b>

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
<b>Завтрак</b>						
27.3	34	8.1	10.1	33.2	41.5	314.6
3.8	3.8	3.5	3.5	11.2	11.2	91.2
2	3	0.4	0.5	11.9	17.8	58.7
0.6	0.6	0.1	0.1	5.3	5.3	24.5
<b>33.7</b>	<b>41.4</b>	<b>12.1</b>	<b>14.2</b>	<b>61.6</b>	<b>75.8</b>	<b>489</b>
<b>Обед</b>						
1.2	1.2	0.1	0.1	2.4	2.4	14.8
8.6	10.8	4.3	5.4	13.9	17.4	129
13.4	16.7	14	17.5	5.3	6.6	200.5
8.2	11	6.9	9.3	35.9	47.9	238.9
0.2	0.2	0.1	0.1	6.6	6.6	27.9
4	4	0.7	0.7	23.8	23.8	117.4
<b>35.6</b>	<b>43.9</b>	<b>26.1</b>	<b>33.1</b>	<b>87.9</b>	<b>104.7</b>	<b>728.5</b>
<b>69.3</b>	<b>85.3</b>	<b>38.2</b>	<b>47.3</b>	<b>149.5</b>	<b>180.5</b>	<b>1217.5</b>

гъ, Ккал.

**12-18 лет**

393.4

91.2

88

24.5

**597.1**

14.8

161.3

250.6

318.5

27.9

117.4

**890.5**

**1487.6**