

МОУ "Колесурская СОШ" среда / 1 неделя
День 18.06.2025 г.

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход,гр.		Пищевые вещества.						Энергетическая ценность (ккал)	
					Белки,гр.		Жиры,гр.		Углеводы,гр.			
			6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет	6,5-11 лет	12-18 лет
3 день	ЗАВТРАК											
	284/2021г	Суфле из творога	150	180	19,50	23,40	7,50	9,00	19,50	23,40	223,50	268,20
	ПП	Повидло яблочное	20	20	0,0	0,0	0,0	0,0	12,20	12,20	48,80	48,80
	82/2021г	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	40	40	3,04	3,04	0,32	0,32	19,68	19,68	93,76	93,76
	464/2021г	Кофейный напиток	200	200	1,40	1,40	1,20	1,20	11,40	11,40	62,00	62,00
		ИТОГО ЗАВТРАК:	510	540	24,34	28,24	9,42	10,92	72,58	76,48	472,46	517,16
	ОБЕД											
	25/2004	Салат "Степной" из разных овощей	60	100	1,00	1,67	6,12	10,20	4,77	7,95	78,17	130,28
	46/2008г	Суп картофельный с мак. изделиями	200	250	2,32	2,90	2,00	2,50	16,80	21,00	94,48	118,10
	196/2013г	Капуста тушеная с мясом	230	250	16,81	18,28	22,77	24,75	14,42	15,68	329,87	358,55
	459/2021г	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,30	0,10	0,10	9,50	9,50	40,10	40,10
	538/2021	Шанежка наливная	50	50	3,8	3,1	3,4	3,4	20,9	20,9	129,4	126,5
	574/2021г	Хлеб ржаной	30	30	2,40	2,40	0,45	0,45	12,03	12,03	61,77	61,77
	573/2021г	Хлеб пшеничный формовой	50	50	3,80	3,80	0,40	0,40	24,60	24,60	117,20	117,20
		ИТОГО ОБЕД:	820	930	30,44	32,43	35,24	41,80	103,02	111,66	850,98	952,52
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			54,78	60,67	44,66	52,72	175,60	188,14	1323,44	1469,68

