

МБОУ "Булановская СОШ им. И.И.Таранова"

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весеннее

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества(г) | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|----------------|--|--------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| Обед | | | | | | |
| 71 | Овощи натуральные свежие (огурец) | 100 | 2 | 0,8 | 4,6 | 42 |
| 197 | Рассольник Петербургский (с перловой крупой) | 250 | 2,1 | 5,11 | 16,59 | 120,75 |
| 54-6г | Рис отварной | 180 | 4,3 | 5,8 | 43,7 | 244,2 |
| 54-2м | Гуляш из говядины | 100 | 17 | 16,5 | 3,9 | 232,1 |
| 548 | Напиток из шиповника | 200 | 0,4 | 0 | 31 | 120,64 |
| пром | Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,5 | 13,4 | 68,3 |
| пром | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 |
| | Итого за обед: | 920 | 32,2 | 29,11 | 137,79 | 945,19 |
| Полдник | | | | | | |
| 604 | Печенье | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 |
| 868 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| | Итого за полдник | 230 | 2,29 | 2,94 | 47,08 | 219,3 |
| | Итого за день | 1150 | 34,49 | 32,05 | 94,16 | 1164,49 |