

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

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенний

Возрастная категория: с 12 лет и старше ОВЗ

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(к кал)
			Б	Ж	У	
	Обед					
54-163	Винегрет с растительным маслом	100	1,17	8,95	6,67	111,9
187	Щи из свежей капусты с картофелем	300	2,1	5,9	10,2	101,7
54-121	Плов с курицей	220	29,92	8,9	36,52	346,1
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2
7	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	1,31	90,5
8	Хлеб пшеничный	60	3,07	1,07	20,9	128,6
	Итого за обед:	930	39,55	25,42	100,36	873
	Полдник					
283	Вафли	30	0,84	1	23,2	106,2
399	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Итого за полдник	230	1,84	1,2	43,4	198,2
	Итого за день	1160	41,39	26,62	143,76	1071,2