

ОВЗ

Неделя первая Завтрак бесплатно, Обед-бесплатно

Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	109/08	Каша овсяная	200	207,38	6,33	8,90	25,49
	365/08	Масло сливочное	10	66,00	0,10	7,20	0,10
	294/08	Чай с сахаром, с витамином "С"	200	61,62	0,07	0,01	15,31
Бесплатно		Яблоко	100	46,00	0,40	0,40	9,80
			510	381,00	6,90	16,51	50,70
			250	98,79	2,34	3,89	13,61
Обед	45/08	Суп картофельный с горохом	180	211,1	5,52	5,3	35,33
	227/08	Вермишель отварная	70/50	196,04	11,57	13,14	7,86
	200/08	Тефтели из говядины	200	113,79	0,56	0,01	27,89
Бесплатно	286/08	Компот из сухофруктов	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Хлеб Дарницкий	780	688,12	21,94	22,7	96,72
			200	246,87	7,23	6,67	39,54
Завтрак	115/08	Каша ячневая	10	66,00	0,10	7,20	0,10
	365/08	Масло сливочное	200	61,62	0,07	0,01	15,31
	294/08	Чай с сахаром, с витамином "С"	100	244,27	10,61	8,39	28,15
Бесплатно	701/96	Котлета в тесте 50/50	510	618,76	18,01	22,27	83,1
			250	109,38	2,45	4,89	13,91
		Суп-лапша с макаронами	180	143,37	2,48	3,63	25,18
Обед	225/08	Рис припущенный	100	227,25	13,74	15,06	7,38
	209/08	Шницель куринный	30	28,08	0,27	1,84	2,62
	265/08	Соус томатный	200	97,45	0,16	0	32,11
Бесплатно	585/96	Компот из свежих фруктов	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Хлеб Дарницкий	790	673,93	21,05	25,78	93,23
			200	241,11	6,55	8,33	35,09
Завтрак	102/08	Каша "Дружба"	10	66,00	0,10	7,20	0,10
	365/08	Масло сливочное	200	61,62	0,07	0,01	15,31
	294/08	Чай с сахаром, с витамином "С"	125	115,00	10,5	2,5	28,3
Бесплатно		Йогурт (стаканчик)	535	483,73	17,22	18,04	78,8
			250/10	111,11	1,9	6,66	10,81
		Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	240,13	16,88	3,75	37,20
Обед	37/08	Гороховое пюре	70/50	95,59	5,9	6,02	4,44
	130/08	Голубцы ленивые					

Утверждаю

Директор ООО "Мелкий опт"

О.С.

Орлова

Директор МБОУ "Многопрофильный лицей" Беляева Н.Ю.

Н.Ю.

Обед	45/08	Суп картофельный с горохом	250	98,79	2,34	3,89	13,61
Бесплатно	209/08	Биточек куриный	100	227,25	13,74	15,06	7,38
	225/08	Рис припущенный	180	143,37	2,48	3,63	25,18
	265/08	Соус томатный	30	28,08	0,27	1,84	2,62
	585/96	Компот из свежих фруктов	200	97,45	0,16	0	32,11
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			790	663,34	20,94	24,78	92,93
Завтрак	115/08	Каша ячневая	200	246,87	7,23	6,67	39,54
Бесплатно	365/08	Масло сливочное	10	66,00	0,10	7,20	0,10
	294/08	Чай с сахаром, с витамином "С"	200	61,62	0,07	0,01	15,31
	701/96	Коглета в тесте 50/50	100	244,27	10,61	8,39	28,15
			510	618,76	18,01	22,27	83,1
Обед	63/08	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	142,94	3,23	9,78	11,4
Бесплатно	241/08	Картофельное пюре	150	106,97	2,13	4,04	15,53
	Ттк №139	Зразы ленивые	90	185,2	10,57	12,21	7,15
	286/08	Компот из сухофруктов	200	113,79	0,56	0,01	27,89
		Хлеб пшеничный	30	67,8	2,28	0,27	14,91
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			760	685,1	20,72	26,67	88,91
Завтрак	Ттк/449-96	Плов из куриного филе	50/150	417,06	20,91	16,45	51,15
Бесплатно	Ттк 36	Напиток Каркаде с витамином "С"	200	74	8	1,4	14,8
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	ЕК-2011	Пирожок с повидлом	70	214,10	4,20	3,40	42,40
			500	773,56	35,06	21,61	120,38
Обед	37/08	Борщ из свежей капусты с картофелем	250/10	111,11	1,9	6,66	10,81
Бесплатно	227/08	Вермишель отварная	150	211,1	5,52	5,3	35,33
	200/08	Тефтели из говядины	80/50	196,04	11,57	13,14	7,86
	Ттк 36	Напиток Каркаде с витамином "С"	200	74	8	1,4	14,8
		Хлеб пшеничный	30	67,8	2,28	0,27	14,91
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			800	728,45	31,22	27,13	95,74
Завтрак	241/08	Картофельное пюре	180	106,97	2,13	4,04	15,53
Бесплатно	161/08	Биточек рыбный	100	147,26	11,14	7,54	7,2
	294/08	Чай с сахаром, с витамином "С"	200	61,62	0,07	0,01	15,31
		Хлеб Дарницкий	60	68,4	1,95	0,36	12,03
			540	384,25	15,29	11,95	50,07
Обед	44/08	Суп из овощей	250	115,24	1,93	5,86	12,59
Бесплатно	130/08	Гороховое пюре	180	240,13	16,88	3,75	37,20

