



Рацион: Школьное меню

День: 29.01.2025

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
54-6а	Суп гороховый с картофелем и куриным мясом	250	7,84	2,9	14,75	136,20
27,01,24	Напиток витаминизированный "Витоша"	200	0,00	0,0	19,40	77,60
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,4	0,00	53,70
Пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,4	10,00	51,20
Пром	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	141
54-19з	Масло сливочное (проциями)	10	0,1	7,2	0,1	66
ТК № 476,01	Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт)	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак		665	21,24	18,56	78,25	587,4
Обед						
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1,17	8,95	6,67	111,90
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	6,19	7,23	14,11	146,20
54-4м	Котлета из говядины	100	18,25	17,40	16,4	295,20
54-12к	Каша пшенная рассыпчатая	180	7,66	7,78	42,59	271,0
54-3осус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14
54-3н	Чай с лимоном	200	0,3	0,0	7	28
Пром	Хлеб пшеничный	45	3,40	0,40	22,10	105,50
Пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43
Итого за Обед		920	39	43	119	1015
Итого за день		1585	61	61	197	1602