



Рацион: Школьное меню

День: 12.02.2025

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>665</b>	<b>21,24</b>	<b>18,56</b>	<b>78,25</b>	<b>587,4</b>
<b>Обед</b>						
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 пшеничная 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
<b>Итого за Обед</b>		<b>920</b>	<b>39</b>	<b>43</b>	<b>119</b>	<b>1015</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1585</b>	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>197</b>	<b>1602</b>