|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
|  |

 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |
|

|  |  |
| --- | --- |
|  **На 05 сентября 2024 года** |  |
| **Наименование** | белки на 100гр | жиры на 100 гр | углеводы на 100гр | кало-ть на 100гр | вес порции (грамм)  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак**  |
| Гуляш из мяса отварного  | 8,3 | 9,8 | 7,9 | 154 | 70 | C:\Users\Admin\Downloads\product_image_148901_286305 (3).jpg58,00 |
| Картофельное пюре | 3,2 | 8,3 | 21,8 | 189 | 150 | 36,00 |
| Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200 | 6,00 |
| Хлеб пшеничный | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 |
|  |  |  |  |  | **итого** | **102,00** |
| ***Обед***  |
| Борщ с птицей | 2 | 5,2 | 13,1 | 106 | 200/15 | 38,00 |
| Котлета мясная  | 11,9 | 10,8 | 12 | 196 | 90 | 88,00 |
| Рис отварной  | 3,6 | 6,0 | 36,8 | 219 | 150 | 30,00 |
| Салат из свежих томатов и огурцов | 1,4 | 4,1 | 3,3 | 57 | 558 | 28,00 |
| ССН «Сочная Долина» | 0,1 | 0,1 | 12 | 50 | 200 | 29,00 |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 |
|  |  |  |  |  | **итого** | **215,00** |
| ***Полдник*** |
| Панкейк в ассортименте | 6,4 | 2,6 | 43 | 243 | 1шт | 26,00 |
| Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200 | 6,00 |
| Апельсин | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43 | 100 | 28,00 |
|  |  |  |  |  | **итого** | **60,00** |
| ***Комплекс 1*** |
| Салат Колбасный | 5,4 | 19,8 | 5,1 | 221 | 135 | 60,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200/5 | 8,00 |
| Пирог Школьный  | 10 | 15,3 | 48 | 375 | 100 | 60,00 |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 20 | 2,00 |
|  |  |  |  |  | **Итого** | **130,00** |
| ***Комплекс 2*** |
| Котлета мясная  | 11,9 | 10,8 | 12 | 196 | 90 | 88,00 |
| Рис отварной  | 3,6 | 6,0 | 36,8 | 219 | 150 | 30,00 |
| Чай с сахаром | 0,2 | 0 | 15 | 58 | 200 | 6,00 |
| Ватрушка с сыром и яйцом | 12,5 | 11,2 | 31,7 | 287 | 100 | 42,00 |
| Хлеб дарницкий | 1,3 | 0,2 | 6,7 | 35 | 40 | 4,00 |
|  |  |  |  |  | **Итого** | **170,00** |
|  |  |  |  |  |  |  |

 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |