

Оренбургская область - вариант 1

Возрастная категория:от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей

Утверждено
и.о. директора
Мизикова И.Н.

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Понедельник 12.05.2025					
	Завтрак					
54-6г	Рис отварной	150	3.6	4.8	36.4	203.5
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	20.8	11.1	9.4	220.9
54-21гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	Итого за Завтрак	645	32.9	20.2	90.2	674.7
	Итого за день	645	32.9	20.2	90.2	674.7

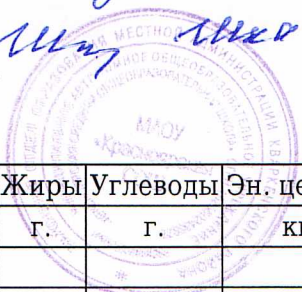
Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	645	32.9	20.2	90.2	674.7
Среднее значение за период	645	32.9	20.2	90.2	674.7

Оренбургская область - вариант 1

Возрастная категория:от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей

Утверждено
и.о. директора
Министр *Александр Н*


№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Вторник 13.05.2025					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	60	13.9	17.7	0	215
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	150	6.4	8.4	25.7	204.6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
Пром.	Яблоко	120	0.5	0.5	11.8	53.3
	Итого за Завтрак	600	26.1	27.4	74.6	649
	Итого за день	600	26.1	27.4	74.6	649

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	600	26.1	27.4	74.6	649
Среднее значение за период	600	26.1	27.4	74.6	649

М.О. директор
Иванов И.И.

Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Г.	Г.	ккал

И. В. Григорьев

Министрство ИХ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Среда 14.05.2025					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	60	13.9	17.7	0	215
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	150	4.4	4.4	24.7	155.9
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
	Итого за Завтрак	630	27.9	26.2	81.9	673.4
	Итого за день	630	27.9	26.2	81.9	673.4

[illegible]

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	630	27.9	26.2	81.9	673.4
Среднее значение за период	630	27.9	26.2	81.9	673.4

Оренбургская область - вариант 1

Возрастная категория:от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей

Информация
И.О. Директор
И.И. Мухомов 14

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Четверг 15.05.2025					
	Завтрак					
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6.1	6.9	29	202.7
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35
Пром.	Печенье	50	3.8	4.9	37.2	207.9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
Пром.	Джем из абрикосов	10	0.1	0	7.2	29
	Итого за Завтрак	580	16.1	12.7	117.8	649.6
	Итого за день	580	16.1	12.7	117.8	649.6

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	580	16.1	12.7	117.8	649.6
Среднее значение за период	580	16.1	12.7	117.8	649.6

Оренбургская область - вариант 1

Возрастная категория:от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся:Без особенностей

Утверждено
и.о. директор
М.И. Маслова 14

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 2 Пятница 16.05.2025					
	Завтрак					
54-11г	Картофельное пюре	150	3.1	5.3	19.8	139.4
54-25м	Курица тушеная с морковью	150	21.2	8.7	6.7	189.5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	Итого за Завтрак	670	32.5	16.3	86.6	622.5
	Итого за день	670	32.5	16.3	86.6	622.5

Средние показатели за период

Прием пищи	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Завтрак	670	32.5	16.3	86.6	622.5
Среднее значение за период	670	32.5	16.3	86.6	622.5