

Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_ И.П. \_\_\_\_\_  
2023 год

Директор \_\_\_\_\_ Н.П.Трифорова

2023 год

## Завтрак

| Наименование блюда                                                               | Масса    | Масса     | белки    | белки     | жиры     | жиры      | углеводы | углеводы  | калории  | калории   |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|
|                                                                                  | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
| Плов                                                                             | 180      | 220       | 13,68    | 16,72     | 15,68    | 18,61     | 32,52    | 39,71     | 307,68   | 376,09    |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый) | 100      | 100       | 1,10     | 1,10      | 0,20     | 0,20      | 3,80     | 3,80      | 22,00    | 22,00     |
| Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт                                             | 30       | 30        | 2,40     | 2,40      | 0,30     | 0,30      | 14,60    | 14,60     | 72,60    | 72,60     |
| Компот из свежих плодов                                                          | 200      | 200       | 0,16     | 0,16      | 0,16     | 0,16      | 23,88    | 23,88     | 97,60    | 97,60     |
| Итого за Завтрак                                                                 | 510,00   | 550,00    | 17,34    | 20,38     | 16,34    | 19,27     | 75       | 81,99     | 499,88   | 568,29    |

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар                      Г.А.Коломина