

Буфетчик

*Согласно приложения №9 к СанПиН 2.3.2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
производятся в соответствии с таблицей
*Согласно приложения №11 к СанПиН 2.3.2.4.3590-20 замена свежих фруктов может
*Согласно приложения №7 к СанПиН 2.3.2.4.3590-20 напиток (компот, чай, какао, кофейный напиток, сок) может взаимозаменяться АРУ АРУа

прием пищи	№ п.п.	Наименование блюда		вес	Лена	энергети	Пищевые вещества		углеводы
		Каша вязкая молочная из крупы (манная)		200			белки	жиры	
		173	Чай с сахаром	215			2,06	56,50	
		376	Хлеб пшеничный	30			2,72	82,20	
		338	Фрукты свежие (яблоко)	130			14,33	0,52	
		14	Масло сливочное крестьянское	10			16,61	66,20	
				585			76,72	529,00	
				700			76,72	768,60	
				20			2,05	46,40	
				21,12			26,33	21,12	
общий	Итого за завтрак	101	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	Лена	энергети	11,29	134,00	углеводы
		293	Птица запеченная	100			37,98	198,00	
		302	Каша рассыпчатая гречневая	150			17,27	191,00	
		349	Компот из сухофруктов	200			5,57	117,00	
			Хлеб пшеничный	30			2,56	82,20	
			Хлеб черн.	20			2,05	46,40	
				700			76,72	768,60	
				21,12			26,33	21,12	
				113,10			3,21	1,40	
				9,88			0,22	0,22	
общий	Итого за обед	173	Хлеб пшеничный	30	Лена	энергети	2,72	82,20	углеводы
		376	Чай с сахаром	215			2,06	56,50	
		302	Каша рассыпчатая гречневая	150			17,27	191,00	
		349	Компот из сухофруктов	200			5,57	117,00	
			Хлеб пшеничный	30			2,56	82,20	
			Хлеб черн.	20			2,05	46,40	
				700			76,72	768,60	
				21,12			26,33	21,12	
				113,10			3,21	1,40	
				9,88			0,22	0,22	