УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ РО «Таганрогский педагогический лицей-интернат»
_____ О.А. Кочеткова

22.03.25г.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Калорий-ность
	Завтрак					
203	Запеканка творож со сметаной	150/20	26,4	6,3	21,3	252
25	Суп молочный с макаронами	300	8,7	9,3	28,2	234
Стр 122Табл 5	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	65
Стр 138 табл 6	Батон пшеничный	50	4,6	0,5	24,5	119
544	Какао с молоком	200	4,6	1,6	27,3	160
	Итого	**730**	**44,4**	**24,9**	**101,4**	**830**
	II Завтрак					
644	Молоко кип.	200	5,8	5	9,6	108
Стр 138 табл 6	Батон пшеничный	50	4,6	0,5	24,5	119
	Итого	**250**	**10,4**	**5,5**	**34,1**	**227**
	Обед					
306	Суп картофельный с бобовыми	300	7,5	6,56	31,0	205,9
883	Цыпленок отварной	100	35	15	1,4	269
661а	Макароны отв. с маслом слив.	250	10,3	10	54	355
стр 503 табл 24	Огурец соленый	60	0,48	0	1,01	7,8
Стр 144 табл 6	Хлеб ржаной	75	4.95	0.9	29.7	148.5
Стр 144 табл 6	Хлеб пшеничный	75	4,95	0,9	25,05	130,5
стр 214 табл 11	Сок яблочный	200	1,0	0,2	20,2	92
	Итого	**1060**	**64,2**	**33,6**	**162,4**	**1209**
	Итого за день	1790	108.6	58.5	263.8	2039