

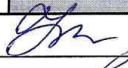
Утверждаю

Директор муниципального бюджетного
Общеобразовательного учреждения
города Новосибирска

«Санаторная школа-интернат №133

А.Л. Ханаев.
« 13 » _____ 2021г.

Четверг, 2 неделя		Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Ккал.
Завтрак						
1	Бутерброды с куриным рулетом	80	11,9	16,8	17,4	268,7
2	Омлет с колбасными изделиями	180	15,8	29,4	3,5	341,1
3	Кофейный напиток с молоком	200	2,3	1,9	16,1	91,1
5	Итого за Завтрак		33,3	48,7	53,7	786,3
Второй завтрак						
1	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
2	Сок персиковый	200	0,6	0	33	134,4
3	Итого за Второй завтрак		1,2	0,6	47,7	201
Обед						
1	Салат из свежих помидоров	100	2,6	11,4	6,6	139,2
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1	149,5
3	Плов из птицы	300	32,9	34,4	19,9	520,7
4	Компот из клубники	200	0,2	0	29	116,8
	Итого за Обед		53,1	50,7	144,5	1246
Полдник						
1	Чай с лимоном	200	0,2	0	6,4	26,8
2	Ромовый дед	100	9,8	13	87	504,4
3	Итого за Полдник		10	13	93,4	531,2
Ужин						
1	Томаты консервированные	100	1,1	0,1	3,5	19,3
2	Картофель тушеный	250	4,9	11,5	33,7	257,8
3	Птица отварная	125	30,8	29	0,6	386,2
4	Кисель из ежевики	200	0,2	0,1	18,1	74,1
	Итого за Ужин		44,1	41,7	97,2	940
Второй ужин						
1	Снежок 2.5%	200	5,4	5	21,6	153
2	Хлеб пшеничный (на сутки)	150	11,4	1,2	73,8	351,6
3	Хлеб ржаной (на сутки)	100	6,6	1,2	33,4	170,8
4	Итого за Второй ужин		23,4	7,4	128,8	675,4
	Итого за день		144,6	158,3	425,2	3702,5

Заведующая производством  Ильина Н.В.

Медицинская сестра диетическая  Чекина Т.С.