

Утверждаю  
 Директор МОУ "ВЦО №2 имени маршала В.И. Чуйкова"  
 Петрушин С.Ю.



| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 212    | Каша вязкая молочная овсянная | 180      | 33.20 | 212.80       | 7.40  | 8.00 | 28.00    |
|            | гор.напиток | 465    | Кофейный напиток с молоком    | 200      | 17.51 | 88.00        | 2.80  | 2.50 | 13.60    |
|            | хлеб        | 63     | Бутерброд с сыром             | 40       | 20.37 | 149.00       | 6.90  | 9.00 | 10.00    |
|            | фрукты      | 82     | Яблоко                        | 120      | 32.92 | 44.0         | 0.4   | 0.4  | 9.8      |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                               |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 148    | Помидор свежий                | 50       | 7.97  | 14.40        | 0.66  | 0.12 | 2.28     |
|            | 1 блюдо     | 144    | Суп вермишелевый              | 200      | 15.00 | 131.00       | 9.05  | 5.26 | 11.68    |
|            | 2 блюдо     | 307    | Котлета рыбная                | 80       | 43.58 | 234.90       | 13.00 | 1.60 | 10.00    |
|            | гарнир      | 241    | Рис отварной                  | 150      | 15.17 | 182.00       | 4.00  | 2.60 | 3.35     |
|            | сладкое     |        |                               |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | 111    | Батон нарезной                | 20       | 3.00  | 52.40        | 1.50  | 0.58 | 10.28    |
|            | хлеб черн.  |        |                               |          |       |              |       |      |          |
|            | напиток     | 494    | Компот из кураги              | 200      | 15.28 | 40.00        | 0.60  | 0.00 | 9.70     |