

Утверждаю  
Директор школы :



2022 г.

9 день

Горячее питание для 7-11 лет (1смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,20	101,00
Завтрак для детей 5-11 классы (льготной категории)					
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
Льготный обед с 7-11 лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Щи из свеж капусты	200	2,2	3,6	6,4	66
Шницель рыбный натур с соусом	80/20	14,30	6,60	9,60	156,00
Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,80
Щи из свеж капусты	250	2,75	4,50	8,00	82,50
Шницель рыбный натур с соусом	90/30	16,08	7,42	10,80	175,50
Картофельное пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	144,60
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Полдник льготной категории 5-11кл (2 смена)					
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,90	81,00
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Щи из свеж капусты	200	2,2	3,6	6,4	66
Шницель рыбный натур с соусом	80/20	14,30	6,60	9,60	156,00
Картофельное пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,90	81,00

Зав. производством: