

Утверждаю
Директор школы



19.01.2022 г.

10 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Молочная пшеничная каша	200	7,31	10,98	49,18	325,00
Сыр твердый	15	2,32	2,95	0,00	36,00
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
Завтрак для детей 5-11 классы (льготной категории)					
Молочная пшеничная каша	200	7,31	10,98	49,18	325,00
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,9	81
Льготный обед 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с зелен горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Рассольник Ленинградский	200	1,8	4,2	11	90
Гуляш из говядины	50/50	1,36	14,08	3,27	164
Каша рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	34,50
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,3	14,1	68,97
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с зелен горошком	100	1,64	4,12	7,29	72,90
Рассольник Ленинградский	250	2,25	5,25	13,75	112,5
Гуляш из говядины	75/75	20,04	21,12	4,90	246,00
Каша рисовая вязкая	180	10,36	13,27	65,16	422,40
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	34,50
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)					
Икра кабачковая	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Омлет натуральный	120	10,78	19,20	2,04	224,00
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,02	0,40	18,48	93,52
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеклы с зелен горошком	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Рассольник Ленинградский	200	1,8	4,2	11	90
Гуляш из говядины	50/50	1,36	14,08	3,27	164
Каша рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,3	14,1	68,97
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	30	0,49	1,235	2,185	21,73
Омлет натуральный	120	10,78	19,20	2,04	224,00
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80

Зав.производством: