

Утверждаю
Директор школы



31.01. 2022 г.

6 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макаронные изделия отварные с сыром	150/10	5,45	5,78	30,45	195,70
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 и лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макаронные изделия отварные с сыром	180/10	6,54	6,93	36,54	234,84
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
Льготный обед для 7-11лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свеж капусты	60	0,84	6,00	4,37	75,06
Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
Гуляш из говядины	50/50	13,36	14,08	3,27	164,00
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	0,33	14,10	68,97
Фрукты свежие	100	1,00	0,30	19,00	94,00
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат из свежей капусты	100	1,40	10,00	7,29	125,10
Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00
Гуляш из говядины	75/50	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
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Зав.производством :