

Утверждаю
Директор школы :



21.02.2022 г.

1 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Макароньы отварные с сыром	150/10	5,45	5,78	30,45	195,70
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	13,86	70,14
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Фрукты свежие	100	1,50	0,50	21	95
Завтрак льготной категории 5-11 кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	9	80
Макароньы отварные с сыром	180/10	5,45	5,78	30	196
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18	94
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Щи из свежей капусты	200	2,20	3,60	6,40	66,00
Плов из отварной говядины	200	20,40	19,16	32,50	396,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
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 с 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	100	0,80	0,10	0,17	10,00
Щи из свежей капусты	250	2,75	4,50	8	82,50
Плов из отварной говядины	250	25,50	23,83	40,63	495,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
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

Зав. производством: