

Утверждаю
 Директор МАОУ «Кюстюмерская СОШ»
 С.П.Максимова



Школа **МАОУ "Кюстюмерская СОШ"**

Отд./корп

День **14.09.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	каша рисовая	200	13,57	208	4,47	6,87	31,88	
	гор.напиток	685	чай с сахаром	200	1,31	57	0,20	0,05	15,01	
	хлеб		хлеб пшеничный	50	1,88	96	3,04	0,34	19,44	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	45	салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	6,59	52	0,96	3,04	5,00	
	1 блюдо	132	щи из свежей капусты	200	15,44	89	1,47	4,67	7,31	
	2 блюдо		котлеты биточки	60	21,60	188	10,93	10,04	13,17	
	гарнир	520	пюре картофельное	150	10,41	155	3,22	5,56	22,00	
	сладкое									
	хлеб черн.		хлеб ржаной	60	2,93	126	2,82	0,60	0,60	
	гор.напиток		чай с сахаром	200	1,31	57	0,20	0,05	15,01	
	5-11 обед			салат из квашеной капусты с растительным маслом	60	6,59	52	0,96	3,04	5,00
				каша гречневая	150	10,85	271	8,76	6,62	43,08
				чай с сахаром	200	1,31	57	0,20	0,05	15,01
			хлеб ржаной	60	2,93	126	2,82	0,60	0,60	
			котлеты рыбные	80	21,60	139	13,81	5,76	2,73	