

Утверждаю:

Директор МБОУ «Чубаевская ООШ»

Л.Ф.Никифорова

Школа	МБОУ "Чубаевская ООШ"			Отд./корп		5	День	02.09.2022	
сезон	Осень-зима	возраст	с 7 лет до 11 лет						
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	горячее блюдо	311*	Каша молоч. гречневая с маслом	250\10	12,8	325	8,48	14,73	39,05
	горячий напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	6,25	115	3	2,4	23,11
	хлеб		Батон	40	3	91,7	2,68	1,05	17,96
			итого:	500	22,05	531,7	14,16	18,18	80,12
обед	закуска	71*	Винегрет овощной	100	5.85	76	0,82	6,07	4,52
	1 блюдо	91*	Рассольник ленинградский	200	14.90	97,34	2,25	3,57	13,97
	2 блюдо	436*	Жаркое по - домашнему	50/100	20,00	165,63	17,21	4,67	13,72
			Апельсин	150	18	1,41	0,35	12,17	64,58
	сладкое	631*	Компот из св. яблок	200	2.90	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,48	122,40	3,94	0,51	25,37
			итого:	710	65,13	570.37	25,79	15,33	97,62
			всего	1210	87.18	1102.07	39,95	33,51	177,74
сезон	Осень-зима	возраст	с 12 лет и старше						
завтрак	горячее блюдо	311*	Каша молоч. гречневая с маслом	250/10	12.80	325	8,48	14,73	39,05
	горячий напиток	692	Кофейный напиток с молоком	200	6,25	115	3	2,4	23,11
	хлеб		Батон	40	3	91,7	2,68	1,05	17,96
			итого:	500	22.05	532	13,97	14,09	87,31
обед	закуска	71*	Винегрет овощной	100	5,85	94,8	1,36	6,18	8,44
	1 блюдо	91*	Рассольник ленинградский	250\5	14,9	121,68	2,81	4,47	17,47
	2 блюдо	436*	Жаркое по - домашнему	80/160	20	265	27,53	7,47	21,95
	сладкое	631*	Компот из св. яблок	200	2.90	109	0,16	0,16	27,87
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3,48	122,40	3,94	0,51	25,37
			итого:	865	47,13	712,88	35,8	18,79	101,1
			всего	1365	69,18	1244,88	49,77	32,88	188,41

