

15.03.2023г.

Утверждено

Директор школы

Денисов В.В.



Наименование блюда	№ рецепта	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Цена
<b>Среда (8 день)</b>							
<b>Завтрак 7-11 лет</b>							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	6,1	4	36,96	208,24	11-28
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	8-36
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-40
<b>Всего</b>			<b>10,42</b>	<b>4,7</b>	<b>103,54</b>	<b>498,14</b>	<b>21-04</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помид. с репч. лук.	23	60	1,11	6,18	4,62	78,56	2-92
Суп крестьянский с крупой	98	200	2,7	2,78	14,58	90,68	11-57
Птица (курица) отварная	288	90	21,67	13,33		206,67	29-75
Пюре картофельное	312	150	3,08	2,33	19,13	109,73	11-39
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	8-50
Хлеб пшеничный		60	4,74	0,6	28,98	140,28	2-80
<b>Всего</b>			<b>34,46</b>	<b>25,52</b>	<b>114,57</b>	<b>822,3</b>	<b>66-93</b>
<b>Итого</b>			<b>44,88</b>	<b>30,22</b>	<b>218,11</b>	<b>1320,44</b>	<b>87-97</b>
<b>Завтрак 12-18 лет</b>							
Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсян.)	173	200	7,63	5	46,2	260,3	11-28
Масло сливочное	14	10	0,1	7,2	0,13	65,72	8
Компот из смеси сухофруктов	349	200	1,16	0,3	47,26	196,38	8-36
Хлеб пшеничный		40	3,16	0,4	19,32	93,52	1-40
<b>Всего</b>			<b>12,05</b>	<b>12,9</b>	<b>112,91</b>	<b>615,92</b>	<b>21-04</b>
<b>Обед</b>							
Салат из свежих помид. с репч. лук.	23	100	1,11	6,18	4,62	78,56	2-27
Суп крестьянский с крупой	98	300	3,24	3,33	17,49	168,81	
Птица (курица) отварная	288	120	2,6	1,6		248	33-35
Пюре картофельное	312	200	4,1	3,1	25,5	146,3	11-35
Компот из св. ягод	375	200	0,52	0,18	24,84	102,9	8-35
Хлеб ржано-пшеничный		60	3,36	0,66	29,64	137,94	1-40
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	70,14	1-40
<b>Всего</b>			<b>40,7</b>	<b>29,75</b>	<b>116,58</b>	<b>892,65</b>	<b>58-13</b>
<b>Итого</b>			<b>52,75</b>	<b>42,65</b>	<b>229,49</b>	<b>1508,57</b>	<b>79-16</b>
Подпись							Егорова А.В.