

Утверждаю
директор С.П.Максимова



Школа Отд./корп День

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калори йность | Белк и | Жиры | Углеводы |
|---------------------|-------------|--------|---|------------|-------|------------------|-----------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша молочная рисовая | 200 | 10,53 | 294,00 | 6 | 10,90 | 39,08 |
| | гор.напиток | 686 | Чай с сахаром | 200 | 1,31 | 59,00 | 0,26 | 0,06 | 15,22 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 50 | 2,16 | 119,00 | 3,8 | 0,4 | 24,3 |
| | | 337 | Яйцо отварное | 40 | 9,00 | 5,10 | 4,60 | 0,9 | 60,00 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед 1-4 классы | закуска | 45 | салат из квашеной капусты с растительным маслом | 60 | 6,59 | 52 | 0,96 | 3,04 | 5,00 |
| | 1 блюдо | 132 | рассольник со сметаной | 200 | 21,02 | 108 | 2,40 | 3,60 | 16,08 |
| | 2 блюдо | 371 | рыба припущенная соусом | 100(60/40) | 26,46 | 139 | 13,81 | 5,76 | 2,73 |
| | гарнир | 520 | пюре картофельное | 150 | 10,41 | 155 | 3,22 | 5,56 | 22,00 |
| | фрукты | | яблоко | 100 | 10,50 | 22 | 0,20 | 0,20 | 4,90 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 60 | 2,93 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | гор.напиток | 685 | компот | 200 | 3,5 | 109 | 0,44 | 0 | 28,88 |
| Обед 5-11 классы | закуска | 45 | салат из квашеной капусты с растительным маслом | 60 | 6,59 | 52 | 0,96 | 3,04 | 5,00 |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 371 | рыба припущенная соусом | 100(60/40) | 26,46 | 139 | 13,81 | 5,76 | 2,73 |
| | гарнир | 520 | пюре картофельное | 200 | 10,76 | 155 | 3,22 | 5,56 | 22,00 |
| | фрукты | | яблоко | 100 | 10,50 | 22 | 0,20 | 0,20 | 4,90 |
| | хлеб черн. | | хлеб ржаной | 60 | 2,93 | 126 | 2,82 | 0,60 | 0,60 |
| | гор.напиток | 685 | компот | 200 | 3,5 | 109 | 0,44 | 0 | 28,88 |