

Утверждаю
 Директор школы

Школа МБОУ "Ширингушская СОШ"
 День 02.12.2022



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	438	омлет натуральный	150	63,72	268	14	22	3							
	гор.напиток	959	Какао на молоке	200		145	3	4	26							
		42	Хлеб пшеничный	50		113	4	0	25							
	хлеб		Сыр Голландский	15	63,72	54	4	4	0							
Витиминизация	фрукты		Яблоко	250	38	24	1,1	0	4							
Обед 7-11 л/12-	закуска	33	Салат из огурцов и помид	60		130	1	12	2	100		152	1	15	3	
	1 блюдо	208	Суп картофельный с рыби	200		133	7	7	11	250		134	7	7	11	
	2 блюдо	297	Гречка по купечески	180		268	10	6	41	250		372	14	9	12	
	сладкое	868	Сок фруктовый	200		136	1	0	33	200		136	1	0	32	
	хлеб бел.			50		113	4	0	25	50		113	4	0	25	
	хлеб черн.			50		85	4	0	25	50		85	4	0	25	
69,62																

