Утверждаю
Директор школы В.М. Заикин

Школа МБОУ "Ширингушская СОШ"
День 05.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы						
завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	168	Каша рисовая молочная	200		200	4	10	22						
	гор.напит	959	Какао на молоке	200		145	3	4	26						
		42	Хлеб пшеничный	50		113	4	0	25						
	хлеб		Сыр	15	63,72	54	4	4	0						
витиминизация	фрукты		Яблоко	250	38	24	1,1	0	4						
				Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углевод	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
обед 7-11 л/12-	закуска	33	Салат из свеклы	60		56	1	4	5	100		94	1	6	8
	1 блюдо	208	Суп картофельный с рыб	200		133	7	7	11	250		134	7	7	11
	2 блюдо	591	Тефтели	80		240	10	14	8	80		240	10	14	8
	гарнир	679	Каша рассыпчатая (гречн	150		230	7	6	36	200		307	10	7	48
	хлеб бел.	868	Компот из сухофруктов +	200		94	0	0	25	200		133	1	0	32
	хлеб черн.			50		113	4	0	25	50		113	4	0	25
				50		85	3	1	17	50		85	3	0	17
					68,44						68,44				