

Утверждаю
Директор школы

В.М. Заикин



Школа

06.12.2022

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы	Выход	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	182	Каша жидкая	200		124	8	12	37						
	гор.напиток	943	Молочная пшенная чай с сахаром и лимон	200		46	0	0	13						
	хлеб		Хлеб пшеничный	50		113	4	0	25						
			42	сыр	15		55	3	4	0					
					63,72										
	фрукт		апельсин	250	38	129	3	1	24						
Обед 7-11 л/12-18	закуска	25	салат витаминный	60		93	1	4	9	100		93,9	1,43	6,09	8,36
	1 блюдо	187	Щи из белокочанной к	200		68	1	4	7	250		105	2,69	2,84	17,14
	2 блюдо	227	Рыба припущенная	80		74	9	4	7	80		92	9	4	2
	гарнир	694	Картофельное пюре	150		137	4	6	27	200		183	4,08	6,4	7,26
	сладкое	868	Компот из сухофруктов	200		94	0	0	25	200		133	1	0	32
	хлеб бел.			50		113	4	0	25	50		113	3,8	0,45	24,9
	хлеб черн.			50		85	4	0	25	50		85	3,8	0,45	24,9
					69,62							41	1	0	22

