

Утверждаю

Директор школы

9 день



30.09.2022 г.

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,20	101,00
Завтрак льготной категории 5-11 кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
Льготный обед с 7-11 лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	60	0,56	0,05	1,75	20,3
Суп картофель с бобовыми	200	4,6	3,4	15,6	112
Говядина тушеная с капустой	200	17,83	21,60	22,50	357,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10
Суп картофель с бобовыми	250	5,75	4,25	19,50	140,00
Говядина тушеная с капустой	250	22,29	27,00	28,22	446,20
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Полдник льготной категории 5-11 кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	60	0,56	0,05	1,75	20,3
Суп картофель с бобовыми	200	4,6	3,4	15,6	112
Говядина тушеная с капустой	200	17,83	21,60	22,50	357,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Творожная запеканка	160	17,82	12,14	56,19	406,00
Соус молочный сладкий	30	0,58	135,00	2,96	39,96
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00

Зав. производством: