



Утверждаю

Директор школы

7 день

24 июля 2022 г.

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Молочная каша геркулесовая	200	8,31	13,12	37,63	303,00
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60
Печенье весовое	20	1,54	2,40	13,88	83,60
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	47,03	378,75
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Салат из свеклы с растит маслом	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	76,20
Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Салат из свеклы с растит маслом	100	0,08	0,10	8,26	92,80
Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,25
Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
Полдник льготной категории 5-11кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Молочная каша геркулесовая	250	10,38	16,40	47,03	378,75
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Салат из свеклы с растит маслом	60	1,86	0,00	3,90	27,00
Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,31	76,20
Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
Печенье весовое	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	л/ц ккл
Молочная каша геркулесовая	200	8,31	13,12	37,63	303,00
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60

Зав. производством: