

Утверждаю

ООО "СКК"

Л.С. Сафарян

Согласовано:

Директор школы

13.02.2023



6 день

| Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена     |       |       |       |          |        |
|-------------------------------------------------------|-------|-------|-------|----------|--------|
|                                                       | Выход | Белки | Жиры  | Углеводы | эл/ккл |
| Салат из горошка зеленого консервированного           | 60    | 1,78  | 3,11  | 3,93     | 50,16  |
| Макаронные отварные с сыром 150/10                    | 160   | 10,82 | 12,73 | 27,28    | 267,52 |
| Масло сливочное                                       | 10    | 0,08  | 7,25  | 0,13     | 66,00  |
| Хлеб пшеничный                                        | 30    | 1,77  | 0,22  | 10,39    | 52,60  |
| Чай с лимоном 200/7                                   | 207   | 0,13  | 0,02  | 15,20    | 62,00  |
| Яблоко свежее                                         | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 47,00  |
| Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена |       |       |       |          |        |
|                                                       | Выход | Белки | Жиры  | Углеводы | эл/ккл |
| Салат из горошка зеленого консервированного           | 50    | 1,48  | 2,59  | 3,27     | 41,8   |
| Макаронные отварные с сыром 180/10                    | 190   | 12,84 | 15,40 | 32,39    | 317,68 |
| Хлеб пшеничный                                        | 30    | 1,77  | 0,22  | 10,39    | 52,60  |
| Чай с лимоном 200/7                                   | 207   | 0,13  | 0,02  | 15,20    | 62,00  |
| Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена     |       |       |       |          |        |
|                                                       | Выход | Белки | Жиры  | Углеводы | эл/ккл |
| Салат из капусты с морковью                           | 60    | 1,00  | 6,10  | 5,80     | 81,50  |
| Рассольник Ленинградский                              | 200   | 1,61  | 4,07  | 9,58     | 85,80  |
| Котлета с соусом (из мяса говядины)                   | 95    | 9,95  | 11,89 | 10,86    | 192,37 |
| Каша рисовая вязкая                                   | 150   | 3,54  | 7,29  | 36,83    | 226,87 |
| Компот из сухофруктов                                 | 200   | 0,66  | 0,09  | 32,01    | 132,80 |
| Хлеб пшеничный                                        | 20    | 1,18  | 0,14  | 6,92     | 35,06  |
| Хлеб ржаной                                           | 30    | 1,23  | 0,24  | 10,57    | 51,49  |
| Яблоко свежее                                         | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 47,00  |
| Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена    |       |       |       |          |        |
|                                                       | Выход | Белки | Жиры  | Углеводы | эл/ккл |
| Салат из капусты с морковью                           | 100   | 1,66  | 10,16 | 9,66     | 135,91 |
| Рассольник Ленинградский                              | 250   | 2,01  | 5,08  | 11,97    | 107,25 |
| Котлета с соусом (из мяса говядины)                   | 100   | 10,78 | 12,88 | 11,76    | 208,40 |
| Каша рисовая вязкая                                   | 180   | 4,24  | 8,74  | 44,19    | 272,24 |
| Компот из сухофруктов                                 | 200   | 0,66  | 0,09  | 32,01    | 132,80 |
| Хлеб пшеничный                                        | 30    | 1,77  | 0,22  | 10,39    | 52,60  |
| Хлеб ржаной                                           | 40    | 1,64  | 0,32  | 14,10    | 68,66  |
| Яблоко свежее                                         | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 47,00  |

За производство