

Утверждено

Директор школы:



28 января 2022 г.

5 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Каша рисовая вязкая	150	3,78	7,78	39,29	242,00
Биточки рыбные школьные с соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Какао с молоком	200	4,07	3,50	17,57	118,60
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242
Биточки рыбные школьные с соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Какао с молоком	200	4,07	3,50	17,57	118,60
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Борщ с карт и капустой со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Фрукты свежие	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
Икра кабачковая	100	2,73	7,18	14,54	133,80
Борщ с карт и капустой со сметаной	250/10	1,44	3,94	8,75	83,00
Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Фрукты свежие	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 5-11кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша рисовая вязкая	180	3,78	7,78	39,29	242,00
Биточки рыбные школьные с соусом	80/20	9,75	11,24	11,62	186,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Борщ с карт и капустой со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
Рагу из птицы	200	25,50	18,00	16,66	377,50
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Фрукты свежие	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
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша рисовая вязкая	150	3,15	6,48	32,74	201,6
Биточки рыбные школьные с соусом	80/20	9,45	11,24	11,62	186
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80

Зав. производством: