

Утверждаю _____
 (подпись директора, ФИО)

Дата « 13 » сентября 2024 года

День 10-ый Неделя вторая

Школа	Отд./корп	День	10
-------	-----------	------	----

Пример пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 классы	овощи	71	Овощи по сезону*	60	6,30	80,28	0,91	5,72	4,57
	горячее блюдо	290/331	Бройлер-цыпленок, тушеный в соусе	60/50	51,23	168,3	13,14	11,14	3,87
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	8,59	145,5	4,58	5,01	20,52
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	40	2,56	93,6	3,04	0,36	19,88
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,28	50,6	1,27	0,13	11
	гор. напиток	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,75	56	0,2	0	13,6
			ИТОГО:	580	73,71	594,28	23,14	22,36	73,44
Завтрак льготные категории 5-11 классы	овощи		Овощи по сезону*	60	6,30	80,28	1,02	3	8,72
	горячее блюдо	290/331	Бройлер-цыпленок, тушеный в соусе	60/50	51,23	168,3	13,14	11,14	3,87
	гарнир	303	Каша вязкая гречневая	150	8,59	145,5	4,58	6	20,52
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	22	1,41	150,6	5,06	0,6	33,1
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	71,3	2,04	0,36	15,5
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200/15	2,01	56	0,2	0	13,6
			ИТОГО:	580	71,46	671,98	26,04	21,1	95,31
Обед 2 смена 1-4 классы	овощи	71	Овощи по сезону*	60	6,30	98,52	1,02	3	5,07
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,55	83	1,44	3,94	8,75
	горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные 75/25	100	29,66	137,3	7,43	7,24	10,62
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	17,43	137,25	3,06	4,8	20,44
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	3,84	143,7	4,03	0,48	26,34
	хлеб чёрн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничный	53	3,40	79,2	2,64	0,48	15,84
	напиток	342	Компот из свежих плодов	200	6,53	114,6	0,16	0,2	27,88
			ИТОГО:	823	73,71	793,57	19,78	20,14	114,94

овощи	71	Овощи по сезону*	100	11,47	101,94	2,08	7,19	14,85
1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	8,17	103,75	1,8	4,96	10,93
горячее блюдо	239/331	Тефтели рыбные 75/25	100	29,66	169,45	12,41	6,09	16,19
гарнир	312	Пюре картофельное	180	20,87	164,7	3,68	5,77	24,53
хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	70	4,48	189	5,6	1,75	37,1
хлеб чёрн.	ПР	Хлеб рж.-пшеничн.	40	2,56	96,6	2,43	0,25	21
напиток	342	Компот из свежих плодов	200	6,53	114,6	0,16	0,2	27,88
		Кондитерское изделие печенье	20	16,30	72	1,2	6,8	12,80
		ИТОГО ЗА ОБЕД:	985	100,04	940,04	28,16	26,21	152,48
Полдник 1-4 классы льготной категории	ПР	Кисломолочный напиток	200	41,38	107	5,8	5	9,6
	446	Кекс "Столичный"	100	30,08	420	6,09	18,45	57,41
		Кондитерское изделие	20	2,25	72	1,2	6,8	12,8
		ИТОГО:	320	73,71	599,0	13,09	30,25	79,81
Полдник 5-11 классы льготной категории	ПР	Кисломолочный напиток	200	41,38	107	5,8	5	9,6
	446	Кекс "Столичный"	100	30,08	420	6,09	18,45	57,41
		ИТОГО:	300	71,46	527	11,89	23,45	67,01

Зав. Производством

ФИО

Мед.работник

ФИО