

Утверждаю

Директор школы :

02.12.2022 г.

1 неделя 5день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша вязкая рисовая	150	2,55	4,16	26,56	154,05
Биточки рыбные с соусом 80/20	100	9,75	11,24	11,62	186,00
Хлеб пшеничный	35	2,06	0,25	12,12	62,36
Печенье весовое	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	20	0,14	0,02	0,38	2,40
Каша рисовая вязкая	180	3,07	5,00	31,88	184,86
Биточки рыбные с соусом 80/20	100	9,75	11,24	11,62	186,00
Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,66
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,42	0,06	1,14	7,20
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	210	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
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 (1 смена)					
	<i>Выход</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Огурец консервированный	100	0,70	0,10	1,90	12,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	260	1,80	4,92	10,93	103,75
Рагу из птицы	250	31,80	22,50	20,82	382,00
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
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	68,60

Зав производством: