

Утверждаю

Директор школы :

05.12.2022 г.

2 неделя 1 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Макаронны отварные с сыром 150/10	160	8,46	9,95	21,32	209,00
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 льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Макаронны отварные с сыром 240/10	250	13,40	15,76	34,32	331,32
Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,66
Хлеб ржаной	50	2,05	0,40	17,60	85,82
Чай с лимоном 200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00
Льготный обед для 7-11лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц 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
Птица тушеная в соусе 50/50	100	8,85	7,22	1,93	108,00

Каша рисовая вязкая	150	2,55	4,16	26,56	154,05
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
Льготный обед 12 лет и старше (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц 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
Птица тушеная в соусе 75/50	125	13,28	10,84	2,90	162,00
Каша рисовая вязкая	180	3,07	5,00	31,88	184,86
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

Зав.производством :