

Утверждаю

Директор школы :

07.12.2022г.

2 неделя 3 день

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,42	0,06	1,14	7,20
Жаркое по- домашнему	200	14,35	13,39	17,37	248,00
Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	10,39	70,13
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	50	0,35	0,05	0,95	6,00
Жаркое по- домашнему	250	17,93	16,73	21,71	310,00
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
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	210	1,44	3,94	8,75	83,00
Печень по-строгоновски	100	13,26	11,23	3,52	185,00
Макароны отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,71
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8
Фрукт свежий (по сезону)	100	0,4	0,4	9,8	47

Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,50
Льготный обед с 12 лет и старше (1 смена)					
	<i>Выход</i>	<i>Белки</i>	<i>Жиры</i>	<i>Углеводы</i>	<i>э/ц ккл</i>
Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/10	260	1,80	4,92	10,93	103,75
Печень по-строгоновски	125	16,57	14,03	4,40	231,25
Макароны отварные	180	6,54	6,94	36,54	234,85
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8
Фрукт свежий (по сезону)	100	0,4	0,4	9,8	47,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66

Зав.производством: