

Утверждаю

Директор школы :

15.12.2022 г.

1 неделя 4 день

<b>Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)</b>					
	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>э/ц ккл</b>
Запеканка из творога с морковью с йогуртом 100/60	160	14,70	12,34	28,70	284,00
Хлеб пшеничный	40	2,36	0,29	13,85	70,13
Какао с молоком	200	4,07	3,50	17,57	118,60
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)</b>					
	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>э/ц ккл</b>
Молочная каша манная жидкая	250	9,82	12,57	61,68	399,84
Бутерброд с сыром и маслом 30/10/10	50	5,78	8,27	14,77	156,37
Хлеб пшеничный	50	2,96	0,37	17,35	87,66
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
<b>Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)</b>					
	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>э/ц ккл</b>
Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,80	2,70	4,60	45,60
Суп картофельный с крупой	200	1,57	2,17	9,69	68,60
Биточки "Особые" (мясо птицы)с соусом 70/20	90	10,20	13,40	10,33	203,75
Каша вязкая гречневая	150	4,57	5,00	20,51	145,50
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Фрукт свежий (по сезону)	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
<b>Льготный обед 12 лет и старше (1 смена)</b>					
	<i><b>Выход</b></i>	<i><b>Белки</b></i>	<i><b>Жиры</b></i>	<i><b>Углеводы</b></i>	<i><b>э/ц ккл</b></i>
Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,33	4,50	7,66	76,00
Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75
Биточки "Особые" (мясо птицы)с соусом 80/20	100	15,30	20,10	15,49	305,62
Каша вязкая гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Фрукт свежий (по сезону)	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	68,66

*Зав.производством:*