

Школа МБОУ "Максатихинская СОШ №1" Отд./корп 1, 2 смена День 11/15/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	1-4 кл.	Котлета мясная с соусом	100/50	21.24	316.00	15.00	21.41	15.50
	гор.напиток								
	хлеб		Хлеб ржаной	90	6.00	75.00	2,2	-	0.90
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79	30.45
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	сладкое		Пряник	60	8.00	85.80	2.3	0.84	15.42
	фрукты								
	напиток		Сок с трубочкой	200	24.00	94.90	0,36	1.40	22.46
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-	20.20
					89.00				
Обед	закуска	2 -3 кл.							
	1 блюдо		Суп гороховый	250	21.28	98.79	2,34	3,89	13.61
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/50	21.24	316	15	21.41	14.65
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79	30.45
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-	0.90
	гор.напиток								
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-	20.20
	фрукты		Яблоко	160	10.72	47.00	0.4	0.40	9.80
						89.00			
5-11 (малообсп)	закуска								
	1 блюдо		Суп гороховый	250	21.28	98.79	2,34	3,89	13.61
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	21.65	257.40	15.69	15.08	14.65
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	15.45	185.70	5,46	5.79	30.45
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-	0.90
гор.напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02	15.00	

					70.38				
Обед (ОВЗ)	закуска								
	1 блюдо		Суп гороховый	250	21.28	98.79	2,34	3,89	13.61
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	21.65	257.40	15.69	15.08	14.65
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	15.45	185.70	5,46	5.79	30.45
	сладкое		Печенье	60	4.62	190.00	3,65	7.00	34.30
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-	0.90
	напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02	15.00
					75.00				
Обед (родительская плата)	закуска								
	1 блюдо		Суп гороховый	250	21.28	98.79	2,34	3,89	13.61
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	21.65	257.40	15.69	15.08	14.65
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	15.45	185.70	5,46	5.79	30.45
	сладкое								
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3.62	75.00	2,2	-	0.90
	напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02	15.00
					68.00				