

Школа МБОУ "Максатихинская СОШ №1" Отд./корп 1, 2 смена День 11/16/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	1-4 кл.	Тефтели в соусе	100/50	18.84	316.00	15.00	21.41	38.70
	гор.напиток								
	хлеб		Хлеб ржаной	90	6.00	75.00	2,2	-	0.90
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	19.76	276.75	8,48	9.72	38.70
	хлеб		Батон нарезной	60	6.00	85.80	2,25	0.84	15.42
	сладкое		Пряник шоколадный	75	8.40	190.00	3.7	7.00	34.30
	фрукты								
	напиток		Сок с трубочкой	200	24.00	94.90	0,36	1.40	22.46
	напиток		Напиток из сока	200	6.00	84.80	0,1	-	20.20
					89.00				
Обед	закуска	2 -3 кл.							
	1 блюдо		Рассольник	250	21.40	111.94	3,75	3,29	16.84
	2 блюдо		Тефтели в соусе	100/50	18.84	316	15	21.41	14.65
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	19.76	276.75	8,48	9.72	38.70
	сладкое		Кекс (шоколад)	60	11.00	44.00	2,2	-	0.90
	хлеб бел.		Батон нарезной	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								
						89.00			
5-11 (малообсп)	закуска								
	1 блюдо		Рассольник	250	20.60	111.94	3,75	3,29	16.84
	2 блюдо		Колбаса отварная с соусом	100/50	19.61	125.00	4.8	11.7	-
	гарнир		Картофельное пюре	180	18.17	181.50	3,26	9.62	14.90
	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		Рассольник	250	20.60	111.94	3,75	3,29	16.84
	2 блюдо		Колбаса отварная с соусом	100/50	19.61	125.00	4.8	11.7	-
	гарнир		Картофельное пюре	180	18.17	181.50	3,26	9.62	14.90
	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		Рассольник	250	20.60	111.94	3,75	3,29	16.84
	2 блюдо		Колбаса отварная с соусом	100/50	19.61	125.00	4.8	11.7	-
	гарнир		Картофельное пюре	180	18.17	181.50	3,26	9.62	14.90
	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			