

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	1-4 кл.	Филе куриное в соусе	100/50	23.64	257.40	15.69	15.08
	гор.напиток							
	хлеб		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	17.76	276.75	8,68	9.72
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84
	сладкое		Пирожное бисквитное	60	21.28	209.00	4.8	5.10
	фрукты		Яблоко	130	8.32	47.00	0,4	0.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
					89.00			
Обед	закуска	2 -3 кл.						
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты	250	22.84	107.83	2,09	6,33
	2 блюдо		Филе куриное в соусе	100/50	23.64	257.4	15.69	15.08
	гарнир		Рис отварной с маслом	185	17.76	276.75	8,68	9.72
	сладкое							
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	гор.напиток							
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
	фрукты		Яблоко	100	6.76	47.00	0.4	0.40
						89.00		
5-11 (малообсп)	закуска							
	1 блюдо		Суп куриный с вермишелью	250	21.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/50	19.41	257.40	15.69	15.09
	гарнир		Рожжки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	сладкое							
	хлеб бел.		Батон нарезной	30	3.00	85.80	2,25	0.84
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
гор.напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02	

					70.38			
Обед (ОВЗ)	закуска							
	1 блюдо		Суп куриный с вермишелью	250	21.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/50	19.41	257.40	15.69	15.09
	гарнир		Рожжки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	сладкое		Печенье	60	4.62	190.00	3,65	7.00
	хлеб бел.		Батон нарезной	30	3.00	85.80	2,25	0.84
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02
						75.00		
Обед (родительская плата)	закуска							
	1 блюдо		Суп куриный с вермишелью	250	21.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/50	19.41	257.40	15.69	15.09
	гарнир		Рожжки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	сладкое							
	хлеб бел.		Батон нарезной	30	3.00	85.80	2,25	0.84
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	3.62	75.00	2,2	-
	напиток		Чай	200	3.00	60.00	0,07	0.02
						68.00		

11/21/2023

Углеводы

14.65

0.90

38.70

15.42

36.40

9.50

20.20

10.64

14.65

38.70

15.42

0.90

20.20

9.80

16.84

14.65

30.45

15.42

0.90

15.00

16.84
14.65
30.45
34.30
15.42
0.90
15.00
16.84
14.65
30.45
15.42
0.90
15.00