

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.	Сосиска отварная с соусом	100/50	22.24	125.00	4.80	11.70
	гор.напиток							
	хлеб		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	хлеб		Батон нарезной	60	6.00	85.80	2,25	0.84
	сладкое		Пряник имбирный	75	7.00	190.00	3.7	7.00
	фрукты							
	напиток		Сок с трубочкой	200	24.00	94.90	0,36	1.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
					89.00			
Обед	закуска	2 -3 кл.						
	1 блюдо		Суп мясной с вермишелью	250	22.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Сосиска отварная с соусом	100/50	22.24	125	4.8	11.7
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	сладкое							
	хлеб бел.		Батон нарезной	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	140	8.79	47.00	0.4	0.40
						89.00		
5-11 (малообсп)	закуска							
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты	250	22.84	107.64	2,09	6,33
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	19.05	257.40	15.69	15.08
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	16.49	195.70	5,46	5.79
	сладкое							
	хлеб бел.		Батон нарезной	60	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		Борщ из свежей капусты	250	22.84	107.64	2,09	6,33
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	19.05	257.40	15.69	15.08
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	16.49	195.70	5,46	5.79
	сладкое		Печенье	60	4.62	190.00	3,65	7.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	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		Борщ из свежей капусты	250	22.84	107.64	2,09	6,33
	2 блюдо		Филе кури с соусом	100/50	19.05	257.40	15.69	15.08
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	16.49	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		

11/23/2023
Углеводы
-
0.90
30.45
15.42
34.30
22.46
20.20
16.84
14.65
30.45
15.42
0.90
20.20
9.80
10.64
14.65
30.45
15.42
0.90
15.00

10.64
14.65
30.45
34.30
15.42
0.90
15.00
10.64
14.65
30.45
15.42
0.90
15.00