

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.	Колбаса отварная с соусом	100/50	19.24	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		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84
	сладкое		Пирожное бисквит	60	20.00	209.00	4.8	5.10
	фрукты		Мандарин	120	14.00	86.00	1,8	0.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
					89.00			
Обед	закуска	2 -3 кл.						
	1 блюдо		Щи из свежей капусты	250	23.00	107.83	2,09	6,33
	2 блюдо		Колбаса отварная с соусом	100/50	19.24	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	3.00	85.80	2,25	0.84
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	гор.напиток							
	фрукты		Мандарин	120	14.00	86.00	1.8	0.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
						89.00		
	5-11 (малообсп)	закуска						
1 блюдо			Щи из свежей капусты	250	23.00	107.83	2,09	6,33
2 блюдо			Сосиска отварная с соусом	100/50	19.24	197.40	7.77	17.78
гарнир			Греча отварная с маслом	185	16.14	276.75	8,68	9.72
сладкое								
хлеб бел.			Хлеб пшеничный	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		Щи из свежей капусты	250	23.00	107.83	2,09	6,33
	2 блюдо		Сосиска отварная с соусом	100/50	19.24	197.40	7.77	17.78
	гарнир		Греча отварная с маслом	185	16.14	276.75	8,68	9.72
	сладкое		Печенье	60	4.62	190.00	3,65	7.00
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	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		Щи из свежей капусты	250	23.00	107.83	2,09	6,33
	2 блюдо		Сосиска отварная с соусом	100/50	19.24	197.40	7.77	17.78
	гарнир		Греча отварная с маслом	185	16.14	276.75	8,68	9.72
	сладкое							
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	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		

11/27/2023

Углеводы

-

0.90

30.45

15.42

36.40

16.20

20.20

10.64

14.65

30.45

15.42

0.90

16.20

20.20

10.64

0.98

38.70

15.42

0.90

15.00

10.64
0.98
38.70
34.30
15.42
0.90
15.00
10.64
0.98
38.70
15.42
0.90
15.00