

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 с соусом	100/60	21.65	257.40	15.69	15.08
	гор.напиток							
	хлеб		Хлеб ржаной	60	6.00	75.00	2,2	-
	гарнир		Греча отварная с маслом	185	17.14	276.75	8,68	9.72
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	6.00	85.80	2,25	0.84
	сладкое		Пирожное	60	14.00	209.00	4.8	5.10
	фрукты		Яблоко	140	8.40	47.00	0,40	0.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,01	-
	сладкое		Кекс (упаковка)	60	9.81	44.00	2,2	-
					89.00			
Обед	закуска	2 -3 кл.						
	1 блюдо		Суп куриный с вермишелью	250	21.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Филе куриное с соусом	100/60	21.65	257.4	15.69	15.08
	гарнир		Греча отварная с маслом	185	17.14	276.75	8,68	9.72
	сладкое		Пирожное	60	14.00	209.00	4,8	5.10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3.00	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	-
						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	15.08
	гарнир		Рожки 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	90	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	15.08
	гарнир		Рожки 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	90	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	15.08
	гарнир		Рожки 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		

11/28/2023

Углеводы

14.65

0.90

38.70

15.42

36.40

9.80

20.20

0.90

16.84

14.65

38.70

36.40

15.42

0.90

20.20

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