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 куры в соусе	100/50	23.64	257.40	15.69	15.08
	гор.напиток							
	хлеб		Хлеб ржаной	90	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
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0.10	-
	фрукты		Яблоко	130	8.32	47.00	0,4	0.40
	сладкое		Пирожное бисквит	60	21.28	209.00	4,8	5.10
	напиток		Сок с трубочкой	200	21.00	190.00	3,65	7.00
					110.00			
Обед	закуска	2 -3 кл.						
	1 блюдо		Борщ из свежей капусты	250	22.84	107.64	2,09	6,33
	2 блюдо		Филе куры в соусе	100/50	23.64	125.00	4,8	11.70
	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	90	6.00	75.00	2,2	-
	гор.напиток							
	фрукты		Яблоко	100	6.76	47.00	0,4	0.40
	напиток		Напиток	200	6.00	84.80	0,1	-
	напиток		Сок с трубочкой	200	21.00	190.00	3,65	7.00
					110.00			
5-11 (малообсп)	закуска							
	1 блюдо		Суп куриный с вермишелью	250	22.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/60	18.41	257.40	15.65	15.08
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	сладкое							
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	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	22.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/60	18.41	257.40	15.65	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.		Хлеб пшеничный	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	22.21	111.94	3,37	3,29
	2 блюдо		Котлета мясная с соусом	100/60	18.41	257.40	15.65	15.08
	гарнир		Рожки отварные с маслом	185	17.76	195.70	5,46	5.79
	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			

12/19/2023
Углеводы
14.65
0.90
38.70
15.42
20.20
9.50
36.40
34.30
10.64
-
38.70
15.48
0.90
9.80
20.20
34.30
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