

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

1/11/2024

| Прием пищи      | Раздел      | № рец.   | Блюдо                                    | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------|-------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак         | гор.блюдо   | 1-4 кл.  | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 180/30   | 35.16 | 396.84       | 25.88 | 20.60 | 26.80    |
|                 | гор.напиток |          | Какао с молоком                          | 200      | 8.00  | 118.69       | 2,79  | 3.19  | 19.71    |
|                 | хлеб        |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | гарнир      |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | хлеб        |          | Батон нарезной                           | 60       | 6.00  | 85.80        | 2,25  | 0.84  | 15.42    |
|                 | сладкое     |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | фрукты      |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | напиток     |          | Сок с трубочкой                          | 200      | 25.84 | 94.90        | 0,36  | 1.40  | 22.46    |
|                 |             |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 |             |          |  |          | 75.00 |              |       |       |          |
| Обед            | закуска     | 2 -3 кл. |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | 1 блюдо     |          | Борщ из свежей капусты                   | 250      | 22.84 | 107.64       | 2,09  | 6,33  | 10.64    |
|                 | 2 блюдо     |          | Запеканка творожная со сгущенным молоком | 180/30   | 35.16 | 396.84       | 25.88 | 20.6  | 14.65    |
|                 | гарнир      |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | сладкое     |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | хлеб бел.   |          | Батон нарезной                           | 60       | 3.00  | 85.80        | 2,25  | 0.84  | 15.42    |
|                 | хлеб черн.  |          | Хлеб ржаной                              | 90       | 6.00  | 75.00        | 2,2   | -     | 0.90     |
|                 | гор.напиток |          | Какао с молоком                          | 200      | 8.00  | 118.69       | 2,79  | 3.19  | 19.71    |
|                 | напиток     |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 |             |          |  |          |       | 75.00        |       |       |          |
| 5-11 (малообсп) | закуска     |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | 1 блюдо     |          | Щи из свежей капусты                     | 250      | 23.00 | 107.64       | 2,09  | 6,33  | 10.64    |
|                 | 2 блюдо     |          | Голень куриная с соусом                  | 120/50   | 19.24 | 128.00       | 8.87  | 18.01 | 2.81     |
|                 | гарнир      |          | Греча отварная с маслом                  | 185      | 16.14 | 276.75       | 8,68  | 9.72  | 38.70    |
|                 | сладкое     |          |  |          |       |              |       |       |          |
|                 | хлеб бел.   |          | Хлеб пшеничный                           | 30       | 3.00  | 85.80        | 2,25  | 0.84  | 15.42    |
|                 | хлеб черн.  |          | Хлеб ржаной                              | 60       | 6.00  | 75.00        | 2,2   | -     | 0.90     |
| гор.напиток     |             | Чай      | 200                                      | 3.00     | 60.00 | 0,07         | 0.02  | 15.00 |          |

|                                 |            |  |                         |        |       |        |      |       |       |
|---------------------------------|------------|--|-------------------------|--------|-------|--------|------|-------|-------|
|                                 |            |  |                         |        |       |        |      |       |       |
|                                 |            |  |                         |        | 70.38 |        |      |       |       |
|                                 |            |  |                         |        |       |        |      |       |       |
| Обед (ОВЗ)                      | закуска    |  |                         |        |       |        |      |       |       |
|                                 | 1 блюдо    |  | Щи из свежей капусты    | 250    | 23.00 | 107.64 | 2,09 | 6,33  | 10.64 |
|                                 | 2 блюдо    |  | Голень куриная с соусом | 120/50 | 19.24 | 128.00 | 8.87 | 18.01 | 2.81  |
|                                 | гарнир     |  | Греча отварная с маслом | 185    | 16.14 | 276.75 | 8,68 | 9.72  | 38.70 |
|                                 | сладкое    |  | Печенье                 | 60     | 4.62  | 190.00 | 3,65 | 7.00  | 34.30 |
|                                 | хлеб бел.  |  | Хлеб пшеничный          | 30     | 3.00  | 85.80  | 2,25 | 0.84  | 15.42 |
|                                 | хлеб черн. |  | Хлеб ржаной             | 60     | 6.00  | 75.00  | 2,2  | -     | 0.90  |
|                                 | напиток    |  | Чай                     | 200    | 3.00  | 60.00  | 0,07 | 0.02  | 15.00 |
|                                 |            |  |                         |        | 75.00 |        |      |       |       |
| Обед<br>(родительская<br>плата) | закуска    |  |                         |        |       |        |      |       |       |
|                                 | 1 блюдо    |  | Щи из свежей капусты    | 250    | 23.00 | 107.64 | 2,09 | 6,33  | 10.64 |
|                                 | 2 блюдо    |  | Голень куриная с соусом | 120/50 | 19.24 | 128.00 | 8.87 | 18.01 | 2.81  |
|                                 | гарнир     |  | Греча отварная с маслом | 185    | 16.14 | 276.75 | 8,68 | 9.72  | 38.70 |
|                                 | сладкое    |  |                         |        |       |        |      |       |       |
|                                 | хлеб бел.  |  | Хлеб пшеничный          | 30     | 3.00  | 85.80  | 2,25 | 0.84  | 15.42 |
|                                 | хлеб черн. |  | Хлеб ржаной             | 60     | 3.62  | 75.00  | 2,2  | -     | 0.90  |
|                                 | напиток    |  | Чай                     | 200    | 3.00  | 60.00  | 0,07 | 0.02  | 15.00 |
|                                 |            |  |                         |        | 68.00 |        |      |       |       |