

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

1/23/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл.	гор.блюдо	174	Каша молочная рисовая вязкая с маслом	200	28.50	125.00	5,45	9,86	2,66
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0,06	0,02	13,95
	хлеб								
	гарнир								
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30	3.20	69.30	2,58	0,30	0,30
	фрукты		Фрукты сезонные	100	22.00	46.86	0,40	0,40	9,80
	закуска	209	Яйцо вареное	40	15.12	63.00	6,08	4,60	0,28
					71.82				
Обед 1-4 кл.	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	14.50	107.83	7,86	7,10	13,44
	2 блюдо	291	Плов с курой	240	49.32	358.38	20,25	11,82	43,22
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	3.20	69.30	2,58	0,30	0,30
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	72.18	2,58	0,30	14,94
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0,06	0,02	13,95
					71.82				
Обед 5-11 кл	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	15.60	169.34	9,83	8,88	16,80
	2 блюдо	243	Сосиски отварные	100	37.80	175.50	9,4	15,00	0,80
	гарнир	205	Макароны отварные с овощами	180	13.60	276.75	6,2	7,19	34,32
	сладкое								
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	3.20	69.30	2,58	0,30	0,30
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	72.18	2,58	0,30	14,94
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0,06	0,02	13,95
					75.00				
Обед 5-11 (родительская плата)	закуска	45	Салат из свежей капусты	100	10.60	60.40	1,3	4,87	6,46
	1 блюдо								
	2 блюдо	243	Сосиски отварные	100	37.80	175.50	9,4	15,00	0,80
	гарнир	205	Макароны отварные с овощами	180	13.60	276.75	6,2	7,19	34,32
	сладкое								
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	3.20	69.30	2,58	0,30	0,30
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	72.18	2,58	0,30	14,94
	напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0,06	0,02	13,95
					70.00				