

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

1/31/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	200	28.50	289.09	8.21	12.21	36.50
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0.06	0.02	13.95
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный с сыром	70	18.32	141.30	7.12	6.20	0.30
	гарнир								
	фрукты		Фрукты сезонные	100	22.00	46.86	0.40	0.40	9.80
Завтрак 2	фрукты								
				570.00	71.82	533.06	15.79	18.83	60.55
Обед	закуска								
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200	18.30	85.80	1.61	4.07	9.58
	2 блюдо	243	Сосиски отварные с соусом	120	37.72	182.25	8.98	15.00	2.82
	гарнир	302	Каша гречневая	150	7.80	243.75	8.59	6.09	38.64
	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
				730.00	71.82	709.09	24.40	25.78	80.23
Обед 5-11 кл	закуска								
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	250	18.40	107.25	2.01	5.09	11.98
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему (мясо)	280	45.30	612.00	19.67	47.19	26.51
	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								
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6.30	132.80	0,66	0.09	32.01
			790	75.00	993.53	21.68	52.97	85.74	
Обед 5-11 (родительская плата)	закуска	45	Салат из моркови	100	6.30	52.30	1.24	0.09	11.61
	1 блюдо								
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему (мясо)	280	52.40	612.00	19.67	47.19	26.51
	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
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6.30	132.80	0.66	0.09	32.01
			640.00	70.00	938.58	26.73	47.97	85.37	