

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

2/12/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	Каша молочная пшениная вязкая с маслом сливочным	200	28.50	293.00	8.60	11.06	54.30
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3.00	55.81	0.06	0.02	13.95
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный с сыром	50	18.32	141.30	7.22	6.20	0.30
	гарнир								
	фрукты		Фрукты сезонные	100	22.00	46.86	0.40	0.40	9.80
					550	71.82	536.97	16.28	17.68
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	15.70	125.63	5.09	8.04	6.60
	2 блюдо	278	Тефтели с соусом	90/40	40.92	178.45	9.25	10.34	12.11
	гарнир	203	Макароны отварные	150	7.20	195.70	5.46	5.79	30.45
	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
					740	71.82	697.07	25.02	24.79
Обед 5-11 кл	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	19.50	157.04	6.37	10.06	8.26
	2 блюдо	278	Сосиски отварные с соусом	130	34.50	199.83	9.92	16.50	2.90
	гарнир	302	Каша гречневая	180	13.00	292.50	10.31	7.30	46.37
	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
Обед 5-11 (родительская плата)	закуска	45	Салат из свежей капусты	100	14.50	60.40	1.30	4.87	6.46
	1 блюдо								
	2 блюдо	278	Сосиски отварные с соусом	130	34.50	199.83	9.92	16.50	2.90
	гарнир	302	Каша гречневая	180	13.00	292.50	10.31	7.30	46.37
	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
				670	70.00	750.02	26.75	29.29	84.92