

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

3/7/2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------------|-------------|--------|------------------------------|----------|-------|--------------|---------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 287 | Ленивые голубцы | 250 | 67.02 | 297.00 | 15.82 | 13.00 | 26.77 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 3.00 | 55.81 | 0.06 | 0.02 | 13.95 |
| | хлеб | ПР | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 1.80 | 120.30 | 4.30 | 0.50 | 24.90 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 500 | 71.82 | 473.11 | 20.18 | 13.52 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 15.20 | 176.83 | 5.12 | 8.02 | 9.24 |
| | 2 блюдо | 287 | Ленивые голубцы | 250 | 48.62 | 297.00 | 15.82 | 13.00 | 26.77 |
| | 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 710 | 71.82 | 671.12 | 26.16 | 21.64 |
| Обед 5-11 кл | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 15.60 | 171.04 | 6.40 | 10.03 | 11.55 |
| | 2 блюдо | 268 | Котлета мясная с соусом | 130 | 33.70 | 291.75 | 14.92 | 21.98 | 14.11 |
| | 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 | | | | | | | | |
| | напиток | 648 | Кисель | 200 | 7.70 | 119.20 | 0.11 | 0.12 | 25.10 |
| | | | | | 820 | 75.00 | 1015.97 | 36.90 | 40.03 |
| Обед 5-11 (родительская плата) | закуска | 47 | Салат из квашеной капусты | 100 | 11.80 | 85.70 | 1.70 | 5.00 | 8.45 |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 268 | Котлета мясная с соусом | 130 | 32.50 | 291.75 | 14.92 | 21.98 | 14.11 |
| | 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 | 648 | Кисель | 200 | 7.70 | 119.20 | 0.11 | 0.12 | 25.10 |
| | | | | | 670 | 70.00 | 930.63 | 32.20 | 35.00 |