

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

4/8/2024

| Прием пищи                           | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки  | Жиры  | Углеводы |
|--------------------------------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак                              | гор.блюдо   | 204    | Макароны с сыром              | 250      | 52.30 | 376.20       | 15.22  | 17.90 | 38.40    |
|                                      | гор.напиток | 379    | Кофейный напиток с молоком    | 200      | 16.32 | 100.60       | 3.16   | 2.67  | 15.94    |
|                                      | хлеб        | ПР     | Хлеб пшеничный                | 50       | 3.20  | 69.30        | 2.58   | 0.30  | 0.30     |
|                                      | гарнир      |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               |          | 500   | 71.82        | 546.10 | 20.96 | 20.87    |
| Завтрак 2                            | фрукты      |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               |          |       |              |        |       |          |
| Обед                                 | закуска     |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      | 1 блюдо     | 103    | Суп картофельный с вермишелью | 200      | 14.80 | 94.60        | 2.15   | 2.26  | 13.96    |
|                                      | 2 блюдо     | 294    | Котлеты куриные с соусом      | 120      | 41.22 | 258.03       | 14.78  | 15.20 | 15.42    |
|                                      | 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   | 71.82        | 793.67 | 30.74 | 24.17    |
| Обед 5-11 кл                         | закуска     |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      | 1 блюдо     | 103    | Суп картофельный с вермишелью | 250      | 15.60 | 118.25       | 2.69   | 2.83  | 17.45    |
|                                      | 2 блюдо     | 291    | Плов с курой                  | 280      | 51.40 | 418.11       | 23.63  | 13.79 | 51.01    |
|                                      | 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    |
|                                      |             |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               |          | 790   | 75.00        | 733.65 | 31.54 | 17.24    |
| Обед 5-11<br>(родительская<br>плата) | закуска     | 67     | Винигрет                      | 100      | 14.20 | 94.80        | 1.36   | 6.17  | 8.44     |
|                                      | 1 блюдо     |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      | 2 блюдо     | 291    | Плов с курой                  | 280      | 47.80 | 418.11       | 23.63  | 13.79 | 51.01    |
|                                      | 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     | 376    | Чай с сахаром                 | 200      | 3.00  | 55.81        | 0.06   | 0.02  | 13.95    |
|                                      |             |        |                               |          |       |              |        |       |          |
|                                      |             |        |                               | 640      | 70.00 | 710.20       | 30.21  | 20.58 | 88.64    |