

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

5/3/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	243	Сосиски отварные	90	47.60	158.22	8.46	13.50	0.72
	гор.напиток								
	хлеб	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	1.80	72.18	2.58	0.30	14.94
	гарнир	205	Макароны отварные с овощами	160	16.12	188.40	5.17	5.99	28.52
	напиток	349	Компот из сухофруктов	200	6.30	132.80	0.66	0.09	32.01
					500	71.82	551.60	16.87	19.88
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	243	Сосиски отварные	90	33.02	158.22	8.46	13.50	0.72
	гарнир	205	Макароны отварные с овощами	150	11.80	188.40	5.17	5.99	28.52
	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
					700	71.82	746.53	24.54	28.22
Обед 5-11 кл	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	16.60	157.04	6.37	10.06	8.26
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	280	50.40	347.00	18.30	16.73	21.71
	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	701.33	29.89	27.41
Обед 5-11 (родительская плата)	закуска	42	Салат из моркови	100	8.30	52.30	1.24	0.09	11.61
	1 блюдо								
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	280	53.70	347.00	18.30	16.73	21.71
	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	596.59	24.76	17.44