

Школа

МБОУ "Максатихинская СОШ №1"

Отд./корп

1, 2 смена

День

5/17/2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------|-------------|--------|---|----------|-------|--------------|--------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 174 | Каша молочная рисовая вязкая с маслом сливочным | 200 | 28.50 | 303.63 | 5.45 | 9.86 | 2.66 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 3.00 | 55.81 | 0.06 | 0.02 | 13.95 |
| | хлеб | 209 | Яйцо вареное с хлебом | 70 | 18.32 | 132.30 | 8.66 | 4.90 | 0.58 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | фрукты | | Фрукты сезонные | 100 | 22.00 | 46.86 | 0.40 | 0.40 | 9.80 |
| | | | | | 570 | 71.82 | 538.60 | 14.57 | 15.18 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с горохом | 200 | 14.50 | 135.47 | 7.86 | 7.10 | 13.44 |
| | 2 блюдо | 291 | Плов с курой | 240 | 49.32 | 358.38 | 20.25 | 11.82 | 43.72 |
| | 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | 700 | 71.82 | 691.14 | 33.33 | 19.54 |
| Обед 5-11 кл | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 15.60 | 169.34 | 9.83 | 8.88 | 16.80 |
| | 2 блюдо | 243 | Сосиски отварные | 100 | 37.80 | 175.80 | 9.40 | 15.00 | 0.80 |
| | гарнир | 205 | Макароньы отварные с овощами | 180 | 13.60 | 226.08 | 6.20 | 7.19 | 34.22 |
| | 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 | 768.51 | 30.65 | 31.69 | 81.01 |
| Обед 5-11 (родительская плата) | закуска | 45 | Салат из свежей капусты | 100 | 10.60 | 60.40 | 1.30 | 4.87 | 6.46 |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 243 | Сосиски отварные | 100 | 37.80 | 175.80 | 9.40 | 15.00 | 0.80 |
| | гарнир | 205 | Макароньы отварные с овощами | 180 | 13.60 | 226.08 | 6.20 | 7.19 | 34.22 |
| | 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 | 659.57 | 22.12 | 27.68 | 70.67 |