

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
Муниципального района Кармаскалинский
район Республики Башкортостан
Каминерманна Т.А.

Диета: Все

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ реп
Завтрак 1-4 кл, ММС 1-4 кл, ОБЗ 1-4, полдник 1-4 ОБЗ							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	2,51	73	2,43	0,30	14,64	114
Яблоко шт	100	9,87	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с сахаром(2вар)	180	1,70	32	0,09	0,02	8,91	266
Биточки из мяса ц/б с соусом	100	39,33	163	8,80	9,95	9,87	
Макаронные изделия отварные	150	11,03	176	3,94	5,54	30,25	6,43
Итого за завтрак	560	64,44	488	15,66	16,21	73,47	
Обед 1-4, ММС 1-4, ОБЗ 1-4							
Хлеб ржаной(пшеничный)	30	3,82	66	2,40	1,05	12,75	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30	3,75	73	2,43	0,30	14,64	114
Чай из сухой смеси с витаминами	180	9,09	31	0,09		7,83	12
Гуляш из птицы(2вариант)	90	32,02	204	12,68	14,82	5,07	
Салат из свеклы с огурцами солеными	60	7,66	62	0,68	5,33	3,08	27
Суп-лапша домашняя	200	8,32	86	2,04	4,08	13,18	86
Каша пшениная вязкая	150	7,88	223	7,55	1,74	35,32	176
Итого за обед	740	72,54	744	27,87	27,32	91,87	
Итого за 06.02.2023		136,98	1 231	43,53	43,53	165,34	
Завтрак 5-11кл род.пл, ММС 5-11 кл, полдник 5-11(2 смена), ОБЗ 5-11 кл, ТЖС 5-11, СВО 5-11							
Яблоко шт	100	11,34	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с сахаром(2вар)	200	2,21	35	0,10	0,02	9,90	266
Биточки из мяса ц/б с соусом	100	45,17	163	8,80	9,95	9,87	
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	3,84	68	0,13	4,67	6,00	114
Макаронные изделия отварные(1вар)	180	10,64	237	7,76	4,16	38,25	6,43
Итого за завтрак	620	73,20	547	17,20	19,20	73,82	
Обед 5-11 кл род.пл (2 см), ММС 5-11(2 смена), ТЖС 5-11(2 смена), СВО 5-11(2 смена) ОБЗ 5-11							
Хлеб ржаной(пшеничный)	30	3,74	66	2,40	1,05	12,75	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	4,90	97	3,24	0,40	19,52	114
Чай из сухой смеси с витаминами	180	8,91	31	0,09		7,83	12
Гуляш из птицы(2вариант)	100	34,89	227	14,09	16,47	5,63	
Салат из свеклы с огурцами солеными	100	12,52	103	1,13	8,88	5,13	27
Суп-лапша домашняя	250	10,20	107	2,55	5,10	16,47	86
Каша пшениная вязкая	180	9,29	267	9,06	2,09	42,39	176
Итого за обед	880	84,45	898	32,56	33,99	109,72	
Итого за 06.02.2023		157,65	1 445	49,76	53,19	183,54	