

Школа **МОБУ СОШ с. Суккулово** С 7-11 лет Отд./корп **1 неделя** День **понедельник**

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | ттк 66,64 | Суп-лапша (вермишель)с мясом птицы (филе)                  | 250\20   | 32.65 | 221          | 11    | 13   | 16       |
|            | гор.напиток | 305.11    | Витаминизированный кисель                                  | 200      | 2.69  | 95           | 0     | 0    | 24       |
|            | хлеб        | 420.06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50       | 2.70  | 130          | 4     | 0    | 28       |
|            |             | 27.01     | Сыр (порциями)                                             | 10       | 13.90 | 35           | 3     | 3    | 0        |
|            |             | 401       | Масло сливочное                                            | 10       | 12.50 | 66           | 0     | 7    | 0        |
|            | фрукты      |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 53.42     | Щи из свежей капусты со сметаной                           | 200\10   | 12.20 | 81           | 2     | 5    | 7        |
|            | 2 блюдо     | 80.55     | Рыба, тушеная с овощами(филе минтая)                       | 45\45    | 35.79 | 108          | 9     | 7    | 2        |
|            | гарнир      | 302       | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 150\5    | 18.00 | 253          | 8     | 5    | 21       |
|            | сладкое     | 283       | Чай с сахаром                                              | 200      | 2.20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   | 420.06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50       | 2.70  | 130          | 4     | 0    | 28       |
|            | хлеб черн.  | 1.2       | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 30       | 1.65  | 66           | 2     | 0    | 14       |

Школа **МОБУ СОШ с. Суккулово** 12 лет и старше Отд./корп **1 неделя** День **понедельник**

| Прием пищи | Раздел      | № рец.    | Блюдо                                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | ттк 66,65 | Суп-лапша (вермишель)с мясом птицы (филе)                  | 250\30   | 41.41 | 271          | 16    | 16   | 16       |
|            | гор.напиток | 305.11    | Витаминизированный кисель                                  | 200      | 2.69  | 95           | 0     | 0    | 24       |
|            | хлеб        | 420.06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50       | 2.70  | 130          | 4     | 0    | 28       |
|            |             | 27.01     | Сыр (порциями)                                             | 10       | 13.90 | 35           | 3     | 3    | 0        |
|            |             | 401       | Масло сливочное                                            | 10       | 12.50 | 66           | 0     | 7    | 0        |
|            | фрукт       |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |           |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 53.05     | Щи из свежей капусты со сметаной                           | 250\10   | 17.76 | 97           | 2     | 6    | 9        |
|            | 2 блюдо     | 80.62     | Рыба, тушенная с овощами(филе минтая)                      | 50\50    | 39.80 | 120          | 10    | 8    | 2        |
|            | гарнир      | 497.03    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом                        | 180\5    | 19.80 | 304          | 11    | 7    | 49       |
|            | сладкое     | 283       | Чай с сахаром                                              | 200      | 2.20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   | 420.07    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 60       | 3.24  | 156          | 8     | 0    | 33       |
|            | хлеб черн.  | 1.2       | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 30       | 1.65  | 66           | 2     | 0    | 14       |