

Школа МОБУ СОШ с. Суккулово С 7-11 лет Отд./корп 2 неделя День вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		233.23	Филе грудки , припущенное в томатном соусе	90	41.14	208.02	19.83	17.99	2.93
	2 блюдо								
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	8.00	128.6	0.44	0.09	33
	хлеб	1.1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2	0	17
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2,4	0,3	13,8
	гарнир	302	Каша гречневая вязкая с маслом	155	12.00	134.68	4.77	4.86	21
				505	64.44	615			
Обед	закуска								
	1 блюдо	66.63	Суп-лапша (вермишель)	200	14.00	120.9	2.22	4.23	12.49
	2 блюдо	445.38	Котлеты мясные с молочным соусом	90	33.60	167.87	10.14	12.87	8.62
	гарнир	211.05	Макаронные изделия отварные с маслом	155	16.64	210.5	5.82	4.31	37.08
	сладкое	305,11	Витаминизированный кисель	200	5.00	95			23.5
		1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2,4	0,3	16,5
	хлеб бел.								
		1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2,4	0,3	13,8
	хлеб черн.								
				705	72.54	738			

Школа МОБУ СОШ с. Суккулово 12 лет и старше Отд./корп 2 неделя День вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		233.24	Филе грудки , припущенное в томатном соусе	100	46.35	232.95	22.03	19.98	3.25
	2 блюдо								
	гор.напиток	293	Компот из смеси сухофруктов	200	8.00	128.6	0.44	0.09	33
	хлеб	420.02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	2.20	78	3.2	0.4	22
	гарнир	175.12	Каша гречневая вязкая с маслом	185	15.00	171.65	5.71	5.11	26
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2,4	0,3	13,8
				555	73.20	677.20			
Обед	закуска								
	1 блюдо	66.62	Суп-лапша (вермишель)	250	18.00	121.35	2.77	5.29	15.61
	2 блюдо	445.39	Котлеты мясные с молочным соусом	100	39.15	223.8	13.52	17.16	11.5
	гарнир	211.06	Макаронные изделия отварные с маслом	190	19.00	245.99	6.97	4.44	44.48
	сладкое	305,11	Витаминизированный кисель	200	5.00	95			23.5
	хлеб бел.	1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	1.65	78	2,4	0,3	16,5
	хлеб черн.	1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	1.65	66	2,4	0,3	13,8
				800	84.45	830.14			