

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    | 2 блюдо     | 445,37 | Котлеты мясные с томатным соусом                           | 90       | 33.59 | 178,98       | 9,87  | 11,79 | 8,34     |
|            | гор.напиток | 283    | Чай с сахаром                                              | 200      | 2.20  | 39,9         | 0     | 0     | 9,98     |
|            | хлеб        | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30       | 1.65  | 78           | 2,4   | 0,3   | 16,5     |
|            | гарнир      | 302.00 | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 155      | 9.00  | 134.68       | 4.77  | 4.86  | 21       |
|            | напиток     | 86.02  | Сок фруктовый                                              | 200      | 18.00 | 92           | 1     | 0.2   | 20.2     |
|            |             |        |                                                            | 675      | 64.44 | #VALUE!      |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
| Обед       | закуска     |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            | 1 блюдо     | 66.62  | Суп-лапша (вермишель)                                      | 250      | 16.14 | 121.35       | 2.77  | 5.29  | 15.61    |
|            | 2 блюдо     | 131.8  | Плов из мяса птицы (филе)                                  | 180      | 47.00 | 359.21       | 15.21 | 16.65 | 37.28    |
|            | гарнир      |        |                                                            |          |       |              |       |       |          |
|            | сладкое     | 305,11 | Витаминизированный кисель                                  | 200      | 5.00  | 95           |       |       | 23.5     |
|            | хлеб бел.   | 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50       | 2.75  | 130          | 4     | 0,5   | 27,5     |
|            | хлеб черн.  | 1,2    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 30       | 1.65  | 66           | 2.40  | 0,3   | 13,8     |
|            |             |        |                                                            | 710      | 72.54 | 771.56       |       |       |          |

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    | 2 блюдо     | 445.36 | Котлеты мясные с томатным соусом                           | 100      | 33.59 | 182.53       | 9.97  | 11.9 | 8.87     |
|            | гор.напиток | 283    | Чай с сахаром                                              | 200      | 2.20  | 39,9         | 0     | 0    | 9,98     |
|            | хлеб        | 1,1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30       | 1.65  | 78           | 2,4   | 0,3  | 16,5     |
|            | гарнир      | 175.12 | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 185      | 17.76 | 171.65       | 5.71  | 5.11 | 26       |
|            | напиток     | 86.02  | Сок фруктовый                                              | 200      | 18.00 | 92           | 1     | 0.2  | 20.2     |
|            |             |        |                                                            | 715      | 73.20 | #VALUE!      |       |      |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 66.62  | Суп-лапша (вермишель)                                      | 250      | 16.14 | 121.35       | 2.77  | 5.29 | 15.61    |
|            | 2 блюдо     | 131.81 | Плов из мяса птицы (филе)                                  | 200      | 47.00 | 365.67       | 16.9  | 18.5 | 41.42    |
|            | гарнир      |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 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           | 2.40  | 0,3  | 13,8     |
|            | фрукты      | 38     | Яблоко                                                     | 100      | 13.01 | 47           | 0.4   | 0.4  | 9.8      |
|            |             |        |                                                            | 810      | 84.45 | 773.02       |       |      |          |