

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    | гор.блюдо    | 12.2   | Филе грудки, припущенное в молочном соусе                  | 45\45    | 37.00 | 203          | 13    | 15   | 5        |
|            | гарнир       | 175.11 | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 130\4    | 12.10 | 127          | 4     | 4    | 19       |
|            | гор.напиток  | 293    | Компот из сухофруктов                                      | 200      | 8.00  | 129          | 0     | 0    | 19       |
|            | хлеб         | 1.1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30       | 1.65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            |              | 476.01 | Кисломолочный продукт для детского питания                 | 100      | 19.00 | 62           | 3     | 3    | 5        |
|            | доп. питание |        | Фрукты                                                     | 100      | 12.00 | 47           | 0     | 0    | 10       |
| Обед       |              |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо      | 56.21  | Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной              | 250\10   | 9.00  | 107          | 2     | 6    | 11       |
|            | 2 блюдо      | 445.38 | Котлеты мясные с молочным соусом                           | 60\30    | 39.00 | 168          | 10    | 13   | 9        |
|            | гарнир       | 610.03 | Рис припущенный                                            | 150      | 13.60 | 230          | 4     | 7    | 39       |
|            | гор.напиток  | 285    | Чай с лимоном и сахаром                                    | 200      | 4.50  | 42           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.    | 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     | 0    | 14       |

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    | гор.блюдо   | 12.21  | Филе грудки, припущенное в молочном соусе                  | 50\50    | 41.00 | 225          | 14    | 16   | 5        |
|            | гарнир      | 497.03 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом                        | 180\5    | 19.80 | 304          | 11    | 7    | 49       |
|            | гор.напиток | 293    | Компот из сухофруктов                                      | 200      | 8.00  | 129          | 0     | 0    | 19       |
|            | хлеб        | 1.1    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30       | 1.65  | 78           | 2     | 0    | 17       |
|            |             | 476.01 | Кисломолочный продукт для детского питания                 | 100      | 19.00 | 62           | 3     | 3    | 5        |
|            |             |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | салат       |        |                                                            |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 56.21  | Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной              | 250\10   | 9.00  | 107          | 2     | 6    | 11       |
|            | 2 блюдо     | 445.38 | Котлеты мясные с молочным соусом                           | 60\30    | 39.00 | 168          | 10    | 13   | 9        |
|            | гарнир      | 611.02 | Рис припущенный                                            | 180      | 17.25 | 276          | 5     | 8    | 47       |
|            | гор.напиток | 285    | Чай с лимоном и сахаром                                    | 200      | 4.50  | 42           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   | 420.02 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40       | 2.20  | 104          | 3     | 0    | 22       |
|            | хлеб черн.  | 421.11 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 40       | 2.20  | 88           | 3     | 0    | 18       |