

Утверждаю

Директор школы

С.П.Закирова

Завтрак 1-4 классы, ММС 4 день

19.10.2023

Наименование блюда	Выход	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С КОТЛЕТОЙ	320	38,73	20	29	40	480
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	5,89	0	0	22	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,50	4	0	25	118
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			26,90	31,20	124,30	867,70

Обед 1-4,5-11 классы для детей с ОВЗ

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Салат из белокачанной капусты	60/100		1,00/1,40	3,00/5,10	5,40/8,90	52,70/87,70
Суп картофельный с бобовыми	200/250		10,00/12,50	9,10/11,40	14,00/17,50	171,70/214,80
Плов из птицы	200/300		14,90/22,50	21,50/32,20	38,20/57,30	393,30/590,00
Чай с сахаром	200		0,20		14,10	56,20
Хлеб пшеничный	70		5,30	0,40	35,10	165,80
Апельсин	150		1	0	11	57
			31,40/42,90	34,00/49,10	106,80/133,90	839,70/1171,50
Всего за день			58,30/69,80	65,20/80,80	231,10/258,20	1707,40/2032,20

Завтрак РП

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	5,70	6,70	25,00	178,10
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		90	14,20	20,10	13,10	278,10
СОУС ТОМАТНЫЙ		30	0,20	1,70	1,80	23,90
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200			21,80	86,20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,80	0,30	25,10	118,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			23,90	13,80	86,80	684,70

Повар

М.З.Давлетбакова