

20.09.2024 Г.

1-4 классы

УТВЕРЖАЮ
Директор МБОУ «СОШ №1»
А. А. Каландарова

Прием пищи	Раздел	№ порции	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	л423/м3 02	Бифстрогенов (говядины)/каша вязкая (гречневая)	250	65,75	435,5	19,8	29,3	25,6
	гор.напиток								
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	30	1,93	70,6	2,0	0,3	15,1
	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	20	1,66	45,6	1,1	0,2	9,8
	закуска	ПР	Икра кабачковая	60	12,83	80,3	1,6	4,3	8,7
	напиток	м349	Компот из сухофруктов	200	3,36	132,8	0,7	0,2	32,0
ИТОГО:	сладкое	ПР	Печенье	20	2,60	82,9	1,7	2,3	13,9
	фрукты	м338	Фрукты свежие (яблоки, груши, мандарины)	100	7,00	47,0	0,4	0,4	9,8
				680	95,13	894,6	27,3	37,0	114,9
Обед	закуска	м70	Овощи натуральные свежие огурцы	60	9,24	6,0	0,1	0,1	1,0
	1 блюдо	м112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	10,12	109,0	2,6	2,8	15,7
	2 блюдо	м288	Птица отварная	90	58,14	186,0	19,5	12,0	0,2
	гарнир	м142	Картофель и овощи тушенные в соусе	150	20,55	216,0	3,3	12,6	22,7
	сладкое								
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	60	3,85	140,3	4,1	0,5	30,1
ИТОГО:	хлеб черн.	ПР	Хлеб ржаной	30	2,49	69,0	1,7	0,3	14,8
	гор.напиток	м358	Кисель из сока плодового натурального	200	4,61	114,4	0,1	0,1	22,5
				840	109,00	840,7	31,3	28,4	107,0
Полдник	суп.блюдо	м349	Компот из сухофруктов	200	3,36	132,8	0,7	0,2	32,0
	напиток	м211	Омлет с сыром и маслом	150	52,09	347,5	17,9	29,2	29,4
	хлеб бел.	ПР	Хлеб пшеничный	20	1,28	46,8	1,4	0,2	10,0
				370	56,73	527,1	20,0	29,6	71,5
ИТОГО:				1890	260,86	2262,4	78,6	95,5	293,4