

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "___"___2021

За наличный расчет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	69	Пюре картофельное	150	15,08	159,12	3,74	6,12	22,28
	гор.блюдо	51	Рыба.тушеная в томате с овощами	40/50	32,67	94,50	8,66	4,47	4,64
	гор.напиток	57	Чай с сахаром	200	1,44	41,00	0,00	0,00	10,01
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	33	1,34	76,00	1,86	0,38	17,01
		гп	Хлеб пшеничный	34	2,40	79,04	3,04	0,06	15,24
		гп	Зефир	37	15,07	127,12	2,14	2,80	23,34
					68,00	576,78	19,45	13,83	92,52
	2 блюдо	19	Курица в соусе с томатом	40/40	47,56	128,00	8,91	9,00	2,69
	гарнир	41	Рис отварной	180	18,86	235,65	3,77	6,11	41,40
	напиток	17	Компот из сухофруктов	200	6,36	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	43	3,12	70,72	2,72	0,51	12,89
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	43	2,10	68,00	1,67	0,34	15,23
					78,00	582,37	17,50	15,96	91,11
	1 блюдо	10	Свекольник со сметаной с мясом	250/5	15,74	123,00	2,23	5,06	13,48
	2 блюдо	19	Курица в соусе с томатом	40/40	47,56	128,00	8,91	9,00	2,69
	гарнир	41	Рис отварной	150	15,72	251,36	4,02	6,52	44,16
	напиток	17	Компот из сухофруктов	200	6,36	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	39	2,74	76,96	2,96	0,56	14,02
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	38	1,89	72,00	1,76	0,36	16,13
					90,00	608,32	18,09	16,44	95,90

ав.производством _____

ухгалтер калькулятор _____



Ван Дергодт Е.И.

6-10 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гарнир	69	Пюре картофельное	150	10,77	141,44	3,33	5,44	19,81	
	гор.блюдо	51	Рыба.тушеная в томате с овощами	40/50	23,35	94,50	8,66	4,47	4,64	
	гор.напиток	57	Чай с сахаром	200	1,03	41,00	0,00	0,00	10,01	
	хлеб	гп		Хлеб ржаной	26	1,06	76,00	1,86	0,38	17,01
		гп		Хлеб пшеничный	27	1,61	79,04	3,04	0,06	15,24
		гп		Зефир	37	10,76	127,12	2,14	2,80	23,34
					48,58	559,10	19,03	13,15	90,04	
Полдник		63	Кефир	200	17,90	106,00	5,80	5,00	8,00	
		гп	Яблоко	110	18,54	144,00	2,25	0,75	31,50	
					36,44	250,00	8,05	5,75	39,50	
Обед	закуска	4	Огурец соленый	20	7,27	7,07	0,33	0,06	1,14	
	1 блюдо	10	Свекольник со сметаной	250/5	11,24	123,00	2,23	5,06	13,48	
	2 блюдо	19	Курица в соусе с томатом	35/35	29,72	128,00	8,91	9,00	2,69	
	гарнир	41	Рис отварной	150	11,23	235,65	3,77	6,11	41,40	
	напиток	25	Сок	200	10,55	136,00	0,60	0,00	33,00	
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	29	1,74	41,60	1,60	0,30	7,58	
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	28	1,13	40,00	0,98	0,20	8,96	
					72,88	711,32	18,42	20,73	108,25	

11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гарнир	69	Пюре картофельное	180	12,98	201,55	4,74	7,75	28,22	
	гор.блюдо	51	Рыба.тушеная в томате с овощами	50/50	28,30	115,50	10,58	5,47	5,67	
	гор.напиток	57	Чай с сахаром	200	1,03	41,00	0,00	0,00	10,01	
	хлеб	гп		Хлеб ржаной	34	1,38	86,00	2,11	0,43	19,26
		гп		Хлеб пшеничный	34	2,03	83,20	3,20	0,07	16,04
		гп		Зефир	37	10,76	127,12	2,14	2,80	23,34
					56,49	654,37	22,77	16,52	102,54	
Полдник		63	Кефир	200	17,90	106,00	5,80	5,00	8,00	
		гп	Яблоко	120	24,46	172,80	2,70	0,90	37,80	
					42,36	278,80	8,50	5,90	45,80	
Обед	закуска	4	Огурец соленый	35	12,73	8,40	0,39	0,07	1,33	
	1 блюдо	10	Свекольник со сметаной	250/5	11,24	123,00	2,23	5,06	13,48	
	2 блюдо	19	Курица в соусе с томатом	40/40	34,25	160,00	11,33	11,26	3,42	
	гарнир	41	Рис отварной	170	12,43	282,78	4,52	7,33	49,68	
	напиток	25	Сок	200	10,55	136,00	0,60	0,00	33,00	
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	35	2,10	52,00	2,00	0,38	9,48	
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	35	1,42	48,00	1,18	0,24	10,75	
					84,72	810,18	22,24	24,34	121,14	

Зав.производством _____

Бухгалтер калькулятор _____



Зав.производством