

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "\_\_\_"\_\_\_2021

**6-10 лет**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	34	Плов из птицы	130/20	15,27	348,80	15,89	20,27	25,71
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,41	70,00	1,40	1,60	12,36
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	37	1,49	54,00	1,32	0,27	12,08
		гп	Хлеб пшеничный	37	2,22	58,24	2,24	0,04	11,23
	добавка	4	Огурец соленый	45	16,37	8,25	0,39	0,07	1,33
		гп	Конфета "35"	21	8,83	127,12	2,14	2,80	23,34
					48,58	666,41	23,38	25,05	86,05
Полдник		63	Снежок	200	24,27	106,00	5,80	5,00	8,00
		62	Лепешка с сыром	65	12,17	326,21	12,59	13,58	38,40
					36,44	432,21	18,39	18,58	46,40
Обед	закуска	1	Зеленый горошек	50	14,08	20,00	1,55	0,10	3,25
	1 блюдо	22	Борщ с капустой и мясом со сметаной	240/10/5	14,19	108,50	1,75	6,05	11,86
	2 блюдо	51	Рыба тушеная в томате с овощами	45/45	25,16	94,50	8,66	4,47	4,64
	гарнир	7	Пюре картофельное	180	11,15	132,60	3,12	5,10	18,57
	напиток	17	Кампот из смеси сухофруктов	200	4,54	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	38	2,25	79,04	3,04	0,57	14,40
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	37	1,51	74,00	1,81	0,37	16,58
					72,88	588,64	20,37	16,66	88,19

**11-18 лет**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	34	Плов из птицы	160/40	21,45	436,00	19,87	25,33	32,13
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,41	70,00	1,40	1,60	12,36
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	40	1,63	76,00	1,86	0,38	17,01
		гп	Хлеб пшеничный	40	2,40	81,12	3,12	0,06	15,64
	добавка	4	Огурец соленый	50	18,19	11,78	0,55	0,10	1,90
		гп	Конфета "35"	21	8,41	127,12	2,14	2,80	23,34
					56,49	802,02	28,94	30,27	102,37
Полдник		63	Снежок	200	24,27	106,00	5,80	5,00	8,00
		62	Лепешка с сыром	110	18,09	407,76	15,74	16,98	48,00
					42,36	513,76	21,54	21,98	56,00
Обед	закуска	1	Зеленый горошек	80	22,62	28,00	2,17	0,14	4,55
	1 блюдо	22	Борщ с капустой и мясом со сметаной	240/10/5	14,19	108,50	1,75	6,05	11,86
	2 блюдо	51	Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	28,30	105,00	9,62	4,97	5,15
	гарнир	7	Пюре картофельное	180	11,15	159,12	3,74	6,12	22,28
	напиток	17	Кампот из смеси сухофруктов	200	4,54	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	39	2,34	87,36	3,36	0,63	15,92
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	39	1,58	82,00	2,01	0,41	18,37
					84,72	649,98	23,09	18,32	97,03

Зав.производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер калькулятор \_\_\_\_\_



*Валентина Загородная Е.И.*

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "\_\_\_"\_\_\_2021

**За наличный расчет**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо	34	Плов из птицы	130/30	21,38	348,80	15,89	20,27	25,71
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	6,17	70,00	1,40	1,60	12,36
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	43	2,08	54,00	1,32	0,27	12,08
		гп	Хлеб пшеничный	43	3,10	58,24	2,24	0,04	11,23
	добавка	4	Огурец соленый	45	22,91	8,25	0,39	0,07	1,33
		гп	Конфета "35"	20	12,36	127,12	2,14	2,80	23,34
					68,00	666,41	23,38	25,05	86,05
	гор.блюдо	34	Плов из птицы	160/40	34,65	348,80	15,89	20,27	25,71
	напиток	25	Сок	200	14,77	80,00	0,44	0,00	18,90
	добавка	4	Огурец соленый	45	22,91	11,78	0,55	0,10	1,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	47	3,38	64,48	2,48	0,47	11,75
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	47	2,28	62,00	1,52	0,31	13,89
					78,00	567,06	20,88	21,15	72,15
1 блюдо		22	Борщ с капустой и мясом со сметаной	240/10/5	16,62	108,50	1,75	6,05	11,86
	2 блюдо	34	Плов из птицы	160/40	34,65	348,80	15,89	20,27	25,71
	напиток	25	Сок	200	14,77	80,00	0,44	0,00	18,90
	добавка	4	Огурец соленый	40	20,37	11,78	0,55	0,10	1,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	30	2,16	76,96	2,96	0,56	14,02
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	30	1,43	78,00	1,76	0,36	16,13
					90,00	704,04	23,35	27,34	88,52

ав.производством \_\_\_\_\_

ухгалтер калькулятор \_\_\_\_\_

