

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	9	Каша манная молочная жидкая	200	12,14	216,92	6,35	7,11	32,29
	гор.напиток	36	Какао с молоком	200	10,99	117,00	4,45	3,60	16,15
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	20	0,90	40,00	0,98	0,20	8,95
		гп	Батон	20	1,73	41,60	1,60	0,03	8,02
	добавка	3	Масло сливочное (порциями)	10	7,04	64,70	0,08	7,15	0,12
		6	Сыр (порциями)	12	7,39	36,00	1,36	2,76	0,31
		гп	Конфета "35"	20	8,41	63,56	1,07	1,40	11,67
				48,60	579,78	15,89	22,25	77,51	
Полдник		30	Чай с лимоном	200	3,31	43,00	0,06	0,01	10,22
		31	Сырники со сметаной	110/10	33,13	400,13	22,24	17,73	137,90
					36,44	443,13	22,30	17,74	148,12
Обед	закуска	4	Огурец соленый	60	20,49	8,40	0,48	0,06	1,50
	1 блюдо	40	Суп картофельный с мак.изделиями с мясом птицы	235/15	13,22	132,50	2,65	2,78	24,23
	2 блюдо	48	Капуста тушеная с рисом, с мясом птицы	115/45	26,52	167,25	9,21	9,80	8,63
	напиток	25	Сок	200	9,45	136,00	0,60	0,00	33,00
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	31	1,81	64,48	2,48	0,47	11,75
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	31	1,40	62,00	1,52	0,31	13,89
					72,90	570,63	16,94	13,42	93,00

**11-18 лет**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	9	Каша манная молочная жидкая	200	12,14	216,92	6,35	7,11	32,29
	гор.напиток	36	Какао с молоком	200	10,99	117,00	4,45	3,60	16,15
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	32	1,43	64,00	1,57	0,32	14,32
		гп	Батон	33	2,85	66,56	2,56	0,05	12,83
	добавка	3	Масло сливочное (порциями)	10	7,04	64,70	0,08	7,15	0,12
		6	Сыр (порциями)	22	13,64	66,00	2,49	5,06	0,57
		гп	Конфета "35"	20	8,41	63,56	1,07	1,40	11,67
				56,50	658,74	18,57	24,69	87,95	
Полдник		30	Чай с лимоном	200	3,31	43,00	0,06	0,01	10,22
		31	Сырники со сметаной	120/20	39,05	400,13	22,24	17,73	137,90
					42,36	443,13	22,30	17,74	148,12
Обед	закуска	4	Огурец соленый	80	26,52	11,20	0,64	0,08	2,00
	1 блюдо	40	Суп картофельный с мак.изделиями с мясом птицы	235/15	13,22	132,50	2,65	2,78	24,23
	2 блюдо	48	Капуста тушеная с рисом, с мясом птицы	150/50	31,15	223,00	12,28	13,07	11,51
	напиток	25	Сок	200	9,45	136,00	0,60	0,00	33,00
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	40	2,57	8,32	3,20	0,60	15,16
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	40	1,81	80,00	1,96	0,40	17,92
					84,72	591,02	21,33	16,93	103,82

Зав.производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер калькулятор \_\_\_\_\_