

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "___"___2021

За наличный расчет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калори йность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|------------------|-------|-------|----------|
| | добаки | 1 | Зеленый горошек | 45 | 17,89 | 18,00 | 1,40 | 0,09 | 2,93 |
| Завтрак | гор.блюдо | 32 | Макаронник с мясом | 150 | 34,94 | 313,00 | 13,84 | 13,14 | 35,02 |
| | гор.напиток | 57 | Чай с сахаром | 200 | 1,44 | 41,00 | 0,00 | 0,00 | 10,01 |
| | хлеб | гп | Твороженое печенье | 57 | 9,15 | 144,74 | 3,53 | 9,88 | 3,53 |
| | | гп | Хлеб ржаной | 38 | 1,81 | 56,00 | 1,37 | 0,28 | 12,53 |
| | | гп | Хлеб пшеничный | 38 | 2,77 | 60,32 | 2,32 | 0,04 | 11,63 |
| | | | | | 68,00 | 615,06 | 21,06 | 23,34 | 72,72 |
| | добаки | 1 | Зеленый горошек | 45 | 17,89 | 18,00 | 1,40 | 0,09 | 2,93 |
| | гор.блюдо | 32 | Макаронник с мясом | 150 | 34,94 | 313,00 | 13,84 | 13,14 | 35,02 |
| | гор.напиток | 25 | Сок | 200 | 14,77 | 41,00 | 0,00 | 0,00 | 10,01 |
| | хлеб | гп | Вафли | 20 | 6,57 | 144,74 | 3,53 | 9,88 | 3,53 |
| | | гп | Хлеб ржаной | 32 | 1,56 | 56,00 | 1,37 | 0,28 | 12,53 |
| | | гп | Хлеб пшеничный | 32 | 2,26 | 60,32 | 2,32 | 0,04 | 11,63 |
| | | | | | 78,00 | 633,06 | 22,46 | 23,43 | 75,65 |
| | добаки | 1 | Зеленый горошек | 45 | 17,89 | 18,00 | 1,40 | 0,09 | 2,93 |
| 1 блюдо | | 22 | Борщ с капустой и картофелем с мясом со сметаной | 245/5/5 | 11,97 | 108,75 | 1,72 | 6,18 | 11,66 |
| | гор.блюдо | 32 | Макаронник с мясом | 150 | 34,94 | 313,00 | 13,84 | 13,14 | 35,02 |
| | гор.напиток | 25 | Сок | 200 | 14,77 | 41,00 | 0,00 | 0,00 | 10,01 |
| | хлеб | гп | Вафли | 20 | 6,57 | 144,74 | 3,53 | 9,88 | 3,53 |
| | | гп | Хлеб ржаной | 31 | 1,68 | 56,00 | 1,37 | 0,28 | 12,53 |
| | | гп | Хлеб пшеничный | 31 | 2,18 | 60,32 | 2,32 | 0,04 | 11,63 |
| | | | | | 90,00 | 741,81 | 24,18 | 29,61 | 87,31 |



6-10 лет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калори йность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------------|--|----------|--------|------------------|-------|-------|----------|
| | добаки | 1 | Зеленый горошек | 45 | 12,78 | 20,00 | 1,55 | 0,10 | 3,25 |
| Завтрак | гор.блюдо | 32 | Макаронник с мясом | 150 | 24,96 | 313,00 | 13,84 | 13,14 | 35,02 |
| | гор.напиток | 57 | Чай с сахаром | 200 | 1,03 | 41,00 | 0,00 | 0,00 | 10,01 |
| | хлеб | гп | Твороженое печенье | 57 | 6,53 | 144,74 | 3,53 | 9,88 | 3,53 |
| | гп | Хлеб ржаной | 29 | 1,18 | 56,00 | 1,37 | 0,28 | 12,53 | |
| | гп | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 60,32 | 2,32 | 0,04 | 11,63 | |
| | | | | 48,58 | 615,06 | 21,06 | 23,34 | 72,72 | |
| Полдник | | 63 | Молоко | 200 | 13,65 | 106,00 | 5,80 | 5,00 | 80,00 |
| | | 44 | Шанежка с картофелем | 110 | 22,79 | 410,17 | 12,08 | 11,88 | 63,63 |
| | | | | | 36,44 | 516,17 | 17,88 | 16,88 | 143,63 |
| Обед | добавки | 4 | Огурец соленый | 40 | 15,27 | 8,40 | 0,48 | 0,06 | 1,50 |
| | | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом | 250/5/5 | 9,95 | 108,75 | 1,72 | 6,18 | 11,66 |
| | 1 блюдо | 22 | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 39 | Рагу из овощей с мясом | 170/30 | 33,44 | 283,00 | 13,43 | 17,52 | 16,06 |
| | напиток | 25 | Сок | 200 | 10,55 | 136,00 | 0,60 | 0,00 | 11,37 |
| | хлеб бел. | гп | Хлеб пшеничный | 37 | 2,20 | 54,08 | 2,08 | 0,39 | 9,85 |
| | хлеб черн. | гп | Хлеб ржаной | 36 | 1,47 | 50,00 | 1,23 | 0,25 | 11,20 |
| | | | | 72,88 | 640,23 | 19,54 | 24,40 | 61,64 | |

11-18 лет

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калори йность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------------|--|----------|--------|------------------|-------|-------|----------|
| | добаки | 1 | Зеленый горошек | 60 | 16,96 | 20,00 | 1,55 | 0,10 | 3,25 |
| Завтрак | гор.блюдо | 32 | Макаронник с мясом | 180 | 30,05 | 313,00 | 13,84 | 13,14 | 35,02 |
| | гор.напиток | 57 | Чай с сахаром | 200 | 1,03 | 41,00 | 0,00 | 0,00 | 10,01 |
| | хлеб | гп | Твороженое печенье | 57 | 6,53 | 144,74 | 3,53 | 9,88 | 3,53 |
| | гп | Хлеб ржаной | 35 | 1,42 | 86,00 | 2,11 | 0,43 | 19,24 | |
| | гп | Хлеб пшеничный | 36 | 2,50 | 89,44 | 3,44 | 0,06 | 17,24 | |
| | | | | 58,49 | 674,18 | 22,92 | 23,51 | 85,05 | |
| Полдник | | 63 | Молоко | 200 | 13,65 | 106,00 | 5,80 | 5,00 | 80,00 |
| | | 44 | Шанежка с картофелем | 140 | 28,71 | 410,17 | 12,08 | 11,88 | 63,63 |
| | | | | | 42,36 | 516,17 | 17,88 | 16,88 | 143,63 |
| Обед | добавки | 4 | Огурец соленый | 55 | 20,00 | 7,56 | 0,43 | 0,05 | 1,35 |
| | | | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом | 255/5/5 | 9,95 | 108,75 | 1,72 | 6,18 | 11,66 |
| | 1 блюдо | 22 | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 39 | Рагу из овощей с мясом | 170/40 | 40,92 | 283,00 | 13,43 | 17,52 | 16,06 |
| | напиток | 25 | Сок | 200 | 10,55 | 136,00 | 0,60 | 0,00 | 11,37 |
| | хлеб бел. | гп | Хлеб пшеничный | 33 | 1,98 | 85,28 | 3,28 | 0,62 | 15,54 |
| | хлеб черн. | гп | Хлеб ржаной | 33 | 1,32 | 80,00 | 1,96 | 0,40 | 17,92 |
| | | | | 84,72 | 700,59 | 21,42 | 24,77 | 73,90 | |

Бухгалтер калькулятор _____

Зав.производством _____



Official blue circular stamp of the school and a handwritten signature in blue ink.