

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День 16 " 09 2021

6-10 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	77	Суп молочный с рисом	250	10,69	114,20	3,40	3,82	16,56
	гор.напиток	30	Чай с лимоном	200	3,31	43,00	0,06	0,01	10,22
	добавки	6	Сыр (порциями)	23	14,49	69,00	2,61	5,29	0,59
		3	Масло сливочное	15	10,56	97,05	0,12	10,73	0,18
		38	Яйцо отварное	50	5,40	63,00	5,10	4,60	0,30
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	31	1,39	62,00	1,52	0,31	13,87
		гп	Батон	32	2,76	66,56	2,56	0,05	12,83
				48,60	514,81	15,37	24,80	54,56	
Полдник		75	Чай с молоком сгущенным	200	7,81	138,00	2,74	3,23	24,11
		62	Лепешка с сыром	150	28,63	407,76	15,74	16,98	48,00
					36,44	545,76	18,48	20,21	72,11
Обед	закуска	59	Икра свекольная	30	2,00	37,50	0,63	2,04	4,14
	1 блюдо	60	Суп с рыбными консервами	200	18,30	110,40	6,78	3,06	11,06
	2 блюдо	14	Котлета из мяса птицы	80	28,60	190,40	12,11	11,27	6,76
	гарнир	24	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,90	300,94	6,28	9,94	46,69
	добавка	42	Соус сметанный	20	3,09	23,06	0,31	2,13	0,68
	напиток	17	Компот их сухофруктов	200	3,90	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	30	1,76	62,40	2,40	0,45	11,37
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	30	1,35	60,00	1,47	0,30	13,44
					72,90	864,70	30,42	29,19	113,04

11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	77	Суп молочный с рисом	250	10,69	114,20	3,40	3,82	16,56
	гор.напиток	30	Чай с лимоном	200	3,31	43,00	0,06	0,01	10,22
	добавки	6	Сыр (порциями)	34	21,42	102,00	3,85	7,82	0,88
		3	Масло сливочное	15	10,56	97,05	0,12	10,73	0,18
		38	Яйцо отварное	50	5,40	63,00	5,10	4,60	0,30
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	39	1,76	78,00	1,91	0,39	17,45
		гп	Батон	39	3,36	81,12	3,12	0,06	15,64
				56,50	578,37	17,56	27,42	61,23	
Полдник		75	Чай с молоком сгущенным	200	7,81	138,00	2,74	3,23	24,11
		62	Лепешка с сыром	180	34,55	407,76	15,74	16,98	48,00
					42,36	545,76	18,48	20,21	72,11
Обед	закуска	59	Икра свекольная	70	4,63	87,50	1,47	4,76	9,66
	1 блюдо	60	Суп с рыбными консервами	200	18,30	110,40	6,78	3,06	11,06
	2 блюдо	14	Котлета из мяса птицы	90	33,85	214,20	13,62	12,68	7,61
	гарнир	24	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,77	361,13	7,54	11,93	56,03
	добавка	42	Соус сметанный	20	3,09	23,06	0,31	2,13	0,68
	напиток	17	Компот их сухофруктов	200	3,90	80,00	0,44	0,00	18,90
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	41	2,40	83,20	3,20	0,60	15,16
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	40	1,79	80,00	1,96	0,40	17,92
					84,72	1039,49	35,32	35,56	137,02

Бухгалтер калькулятор \_\_\_\_\_

Зав.производством \_\_\_\_\_

А.Воткина

