

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "21" 09 2021

6-10 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	39	Рагу из овощей с мясом	170/50	24,07	283,00	13,43	17,52	16,06
	гор.напиток	57	Чай с сахаром	200	1,01	41,00	0,00	0,00	10,01
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	36	1,63	72,00	1,76	0,36	16,11
		гп	Хлеб пшеничный	37	2,14	76,96	2,96	0,06	14,84
	добавка	гп	Творожное печенье	76	8,71	289,48	7,06	19,76	7,06
		3	Масло сливочное	15	11,05	97,05	0,12	10,73	0,18
					48,60	762,44	25,21	37,70	64,08
Полдник		2	Кофейный напиток	200	10,28	100,00	3,90	3,00	15,28
		3	Масло сливочное	10	7,36	64,70	0,08	7,15	0,12
		38	Яйцо вареное	50	6,91	63,00	5,10	4,60	0,30
		гп	Вафли Яшкино	40	9,39	95,34	1,61	2,10	17,51
		гп	Хлеб пшеничный	43	2,50	41,60	1,60	0,03	8,02
					36,44	164,70	3,98	10,15	15,40
Обед	закуска	59	Икра морковная	50	3,31	66,00	1,15	3,40	7,70
	1 блюдо	28	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	10,64	148,25	2,22	6,35	20,66
	2 блюдо	58	Котлета мясная	80	34,45	228,80	14,24	14,00	11,44
	гарнир	16	Макароны отварные с овощами	100/50	10,77	150,00	3,24	7,58	18,87
	напиток	25	Сок	200	10,55	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	1,36	62,00	1,52	0,31	13,89
						72,90	855,53	25,45	32,11

11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	39	Рагу из овощей с мясом	175/75	31,60	283,00	13,43	17,52	16,06
	гор.напиток	57	Чай с сахаром	200	1,01	41,00	0,00	0,00	10,01
	хлеб	гп	Хлеб ржаной	39	1,79	78,00	1,91	0,39	17,45
		гп	Хлеб пшеничный	41	2,35	85,28	3,28	0,06	16,44
	добавка	гп	Творожное печенье	76	8,71	289,48	7,06	19,76	7,06
		3	Масло сливочное	15	11,05	97,05	0,12	10,73	0,18
					56,50	776,76	25,68	37,73	67,02
Полдник		2	Кофейный напиток	200	10,28	100,00	3,90	3,00	15,28
		3	Масло сливочное	12	8,84	77,64	0,10	8,58	0,14
		38	Яйцо вареное	50	6,91	63,00	5,10	4,60	0,30
		гп	Вафли Яшкино	60	14,08	95,34	1,61	2,10	17,51
		гп	Хлеб пшеничный	39	2,25	41,60	1,60	0,03	8,02
					42,36	177,64	4,00	11,58	15,42
Обед	закуска	59	Икра морковная	75	4,96	46,20	0,81	2,38	5,39
	1 блюдо	28	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	10,64	148,25	2,22	6,35	20,66
	2 блюдо	58	Котлета мясная	95	41,28	257,40	16,02	15,75	12,87
	гарнир	16	Макароны отварные с овощами	110/70	13,56	150,00	3,24	7,58	18,87
	напиток	25	Сок	200	10,55	136,00	0,60	0,00	33,00
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	36	2,11	74,88	2,88	0,54	13,64
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	36	1,63	72,00	1,76	0,36	16,13
						84,72	884,73	27,53	32,96

Зав.производством

Бухгалтер калькулятор