

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "28" 09 2021

6-10 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	37,11	294,00	14,86	16,58	22,80	
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,24	1,40	1,60	12,36	70,00	
	хлеб	гп		Вафли	20	4,70	63,59	1,07	1,40	11,67
		гп		Хлеб ржаной	24	1,08	48,00	1,18	0,24	10,74
		гп		Хлеб пшеничный	25	1,46	52,00	2,00	0,04	10,03
					48,60	458,99	20,71	30,62	125,24	
Полдник		8	Молоко кипяченое	200	13,30	108,00	5,80	5,00	9,60	
		67	Булочна дорожная	120	23,14	470,84	8,75	17,29	69,79	
					36,44	578,84	14,55	22,29	79,39	
Обед	закуска	54	Морская капуста	50	8,05	56,25	0,38	3,83	9,60	
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	5,96	108,75	1,72	6,18	11,66	
		58	Котлеты мясная	90	38,20	257,40	16,02	15,75	12,87	
	гарнир	7	Пюре картофельное	150	9,28	159,12	3,74	6,12	22,28	
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	7,41	97,00	0,68	0,28	19,64	
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	39	2,28	76,96	2,96	0,56	14,02	
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	38	1,72	72,00	1,76	0,36	16,13	
					72,90	827,48	27,26	33,07	106,20	

11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	170/40	38,12	294,00	14,68	16,58	22,80	
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,24	70,00	1,40	1,60	12,36	
	хлеб	гп		Вафли	40	9,39	190,76	3,22	4,20	35,02
		гп		Хлеб ржаной	46	2,03	60,00	1,47	0,30	13,44
		гп		Хлеб пшеничный	46	2,71	62,40	2,40	0,05	12,03
					56,50	677,16	23,17	22,73	95,65	
Полдник		8	Молоко кипяченое	200	13,30	106,00	5,80	5,00	8,00	
		67	Булочна дорожная	155	29,06	583,84	10,85	21,44	86,54	
					42,36	689,84	16,65	26,44	94,54	
Обед	закуска	54	Морская капуста	90	13,43	100,00	0,66	6,80	0,00	
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	5,96	108,75	1,72	6,18	11,66	
		58	Котлеты мясная	100	42,83	286,00	17,80	17,50	14,30	
	гарнир	7	Пюре картофельное	180	11,14	159,12	3,74	6,12	22,28	
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	7,41	97,00	0,68	0,28	19,64	
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	39	2,24	89,44	3,44	0,65	16,30	
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	38	1,72	82,00	2,01	0,41	18,37	
					84,72	922,31	30,05	37,94	102,55	

Бухгалтер калькулятор

Зав.производством