

Школа

МБОУ Зыковская СОШ

корп

День "___"___2022

За наличный расчет

прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	135/35	46,58	294,00	14,86	16,58	22,80
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	6,17	1,40	1,60	12,36	70,00
	хлеб	гп	Зефир в шоколаде	33	14,64	63,59	1,07	1,40	11,67
		гп	Хлеб ржаной	22	1,03	42,00	1,03	0,21	9,40
		гп	Хлеб пшеничный	22	1,58	45,76	1,76	0,03	8,82
					70,00	446,75	20,32	30,58	122,69
	закуска	1	Кукуруза консервированная	35	13,23	43,75	0,29	2,98	9,60
	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	52,5	108,75	1,72	6,18	11,66
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	10,41	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	32	2,30	41,60	1,76	0,03	8,02
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	32	1,55	40,00	0,98	0,20	8,95
					80,00	331,10	5,43	9,67	57,87
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	13,24	108,75	1,72	6,18	11,66
	закуска	1	Кукуруза консервированная отварная	40	15,12	43,75	0,29	2,98	9,60
	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	140/40	52,5	108,75	1,72	6,18	11,66
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	10,41	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	31	2,23	74,88	2,88	0,05	14,44
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	31	1,50	70,00	1,72	0,35	15,66
					95,00	503,13	9,01	16,02	82,66

ав.производством _____

алькулятор _____

В.И. Зыков



6-10 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	135/35	33,28	294,00	14,86	16,58	22,80
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,41	1,40	1,60	12,36	70,00
	добавка	гп	Зефир в шоколаде	33	10,45	63,59	1,07	1,40	11,67
		гп	Хлеб ржаной	23	0,94	48,00	1,18	0,24	10,74
		гп	Хлеб пшеничный	23	1,39	52,00	2,00	0,04	10,03
					50,47	458,99	20,71	30,62	125,24
Полдник		8	Молоко кипяченое	200	13,92	108,00	5,80	5,00	9,60
		67	Булочна дорожная	110	23,94	470,84	8,75	17,29	69,79
					37,86	578,84	14,55	22,29	79,39
Обед	закуска	54	Морская капуста	40	7,52	56,25	0,38	3,83	9,60
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,46	108,75	1,72	6,18	11,66
	2 блюдо	58	Котлеты мясная	80	36,69	257,40	16,02	15,75	12,87
	гарнир	7	Пюре картофельное	150	11,64	159,12	3,74	6,12	22,28
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	7,44	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	30	1,78	76,96	2,96	0,56	14,02
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	29	1,18	72,00	1,76	0,36	16,13
						75,72	827,48	27,26	33,07

11-18 лет

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калори йность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	72	Плов из отварной говядины	150/45	41,12	294,00	14,68	16,58	22,80
	гор.напиток	20	Чай с молоком	200	4,41	70,00	1,40	1,60	12,36
	хлеб	гп	Зефир в шоколаде	33	10,45	190,76	3,22	4,20	35,02
		гп	Хлеб ржаной	27	1,09	60,00	1,47	0,30	13,44
		гп	Хлеб пшеничный	27	1,62	62,40	2,40	0,05	12,03
					58,69	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	160	30,71	583,84	10,85	21,44	86,54
					44,01	689,84	16,65	26,44	94,54
Обед	закуска	54	Морская капуста	65	12,19	100,00	0,66	6,80	0,00
	1 блюдо	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	9,46	108,75	1,72	6,18	11,66
	2 блюдо	58	Котлеты мясная	90	41,69	286,00	17,80	17,50	14,30
	гарнир	7	Пюре картофельное	180	13,97	159,12	3,74	6,12	22,28
	напиток	35	Напиток из шиповника	200	7,44	97,00	0,68	0,28	19,64
	хлеб бел.	гп	Хлеб пшеничный	33	1,98	89,44	3,44	0,65	16,30
	хлеб черн.	гп	Хлеб ржаной	32	1,29	82,00	2,01	0,41	18,37
					88,02	922,31	30,05	37,94	102,55

Бухгалтер калькулятор _____

Зав.производством _____

В.И. Зыков

