

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./конт

День

14.12.2023

Прем пищи	Раздел	№ п.ч.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	150	19,62	268	14	22	3
	гор.напиток	951	Кофейный напиток	200	10,00	105	2	1	24
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	50	16,00	263	9	12	29
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	100	11,00	47	0	0	10
	закюска		Помидор	60	7,10	24	1	0	4
					63,72				
Обед	закюска	38	Салат из моркови	60	8,25	24	1	0	5
	1 блюдо	170	Борщ из свежей капусты	200	18,50	82	1	4	100
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	230	25,97	388	21	24	22
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	200	9,00	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,50	85	3	1	17
					69,62				
			Директор: _____/Н.Н.Барыкина/						

Прием пищи	Раздел	№ п.ч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	438	Омлет	200	26,16	346	19	28	4
	гор.напиток	951	Кофейный напиток	200	10,00	105	2	1	24
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
		42	Сыр (порционный)	15	11,60	55	3	4	0
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	100	11,00	47	0	0	10
			Ломтик	50	7,10	24	1	0	4
Обед	закюска	38	Салат из моркови	100	8,20	40	1	0	9
	1 блюдо	170	Борщ из свежей капусты	250	18,21	103	2	5	125
	2 блюдо	436	Жаркое по-домашнему	230	29,90	388	21	24	22
	гарнир								
	сладкое		Сок фруктовый	200	9,00	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,50	85	3	1	17
						143,47			



Утверждаю
Директор / Н.Н. Барыкина /