

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	100	Каша геркулесовая молочная	200	19,60	232	6	10	31
	гор.напиток	959	Какао на молоке	200	11,50	145	4	4	25
	хлеб	2	Бутерброд с маслом	50	15,85	186	4	8	24
	фрукты		Яблоко	100	11,00	47	0		10
	закуска	38	Салат из моркови	60	5,77	24	1	0	5
Завтрак 2					63,72				
Обед	закуска	33	Салат из свеклы	60	5,20	56	1	4	5
	1 блюдо	269	Уха "Ростовская"	200	15,42	68	7	2	10
	2 блюдо	591	Гуляш мясной	90	23,00	168	20	18	5
	гарнир	679	Каша рассыпчатая (гречка)	150	10,50	230	7	6	36
	сладкое		Сок фруктовый	200	9,00	88	1	0	22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	3,50	113	4	0	25
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,00	85	3	1	17
						69,62			

Директор:  Н.Н.Барыкина/

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корп

День

18.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	100	Каша геркулесовая молочная	200	13,63	231,612	6,209	10,156	31,450
	гор.напиток	959	Какао на молоке	200	10,50	145,200	3,520	3,720	25,490
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	395,000	14,000	13,000	60,000
		41	Масло сливочное	15	12,35	75,000	0,000	8,200	0,100
Завтрак 2		38	Салат из моркови	100	8,20	40,400	1,080	0,180	8,620
	фрукты		Яблоко	100	11,00	47,000	0,400	0,400	9,800
Обед	закуска	33	Салат из свеклы	100	8,65	93,900	1,430	6,090	8,360
	1 блюдо	269	Уха "Ростовская"	250	17,72	67,800	6,600	2,400	9,900
	2 блюдо	591	Гуляш мясной	155	27,22	168,200	19,720	17,890	4,760
	гарнир	679	Каша рассыпчатая (гречка)	200	12,80	307,260	9,940	7,480	47,780
	сладкое		Сок фруктовый	200	9,00	88,480	0,740	0,200	21,560
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	3,50	85,000	2,750	0,500	17,000
					143,37				
Обед									

Утверждаю

Директор: Н.Н.Барыкина/

