



Принем пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	390	Каша манная (молочная)	200	18,45	187	4	4	34	
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46	0	0	13	
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	50	16,00	263	9	12	29	
	закуска	38	Салат из моркови	60	6,77	41	0	2	5	
	фрукты		Яблоко	150	16,50	71	1	1	15	
	Завтрак 2									
	Обед	закуска	25	Салат витаминный	60	8,00	52	1	4	9
		1 блюдо	210	Суп с консервированными бобовыми (фасолью)	200	17,60	108	4	4	13
		2 блюдо	244	Рыба припущенная с овощами	90	19,71	42	6	1	3
гарнир		694	Картофельное пюре	150	9,60	137	3	5	20	
сладкое		859	Компот из свежих яблок	200	6,81	110	0	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

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./конт

День

22.11.2023

Школа

МБОУ "Вадово-Селищинская ООШ"

Отд./корм

День

22.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	390	Каша манная (молочная)	200	18,75	187,150	4,290	3,870	33,690
	гор.напиток	943	Чай с лимоном	200	6,00	46,033	0,434	0,000	12,725
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	4,40	113,220	3,800	0,450	24,900
		38	Салат из моркови	100	7,20	82,728	0,962	4,600	9,992
		42	Сыр (порционный)	15	11,60	54,600	3,480	4,430	0,000
			Яблоки	100	11,00	70,500	0,600	0,600	14,700
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закюска	25	Салат витаминный	100	11,00	87,230	2,280	6,800	14,730
	1 блюдо	210	Суп с консервированными бобовыми (фасолью)	250	26,27	107,800	4,390	4,220	13,060
	2 блюдо	244	Рыба припущенная с овощами	100	20,87	52,500	7,650	1,010	3,180
	гарнир	694	Картофельное пюре	200	11,57	183,000	4,080	6,400	27,260
	сладкое	859	Компот из свежих яблок	200	6,81	110,000	0,200	0,200	22,300
	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									



Директор: /Н.Н.Барыкина/