

Утверждаю
Директор школы



В.М. Заикин

Школа МБОУ "Ширингушская СОШ"

День 08.09.2021

Прием	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углеводы						
Завтрак	гор.блю	94	суп молочный	200		141,1	5,97	5,48	17,08						
	гор.нап	377	чай с сахаром и лимо	200		46,03	0,43	0	25,49						
		41	масло сливочное (пор	20		150	0	16,4	0,2						
	хлеб		хлеб пшеничный	50		113,22	3,8	0,45	24,9						
	фрукты\овощи		яблоко	100		47	0,4	0,4	9,8						
						497,35	10,6	22,73	77,47						
					49,63										
				Выход,	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углевод	Выход,	Цена	Калорий	Белки	Жиры	Углевод
Обед 7-	закуска	33	салат из свеклы	60		56,34	0,86	3,65	5,05	100		93,9	11,42	6,08	8,36
	1 блюдо	102	суп картофельный с г	200		135,47	7,86	7,1	13,44	250		134,75	5,49	5,28	16,33
	2 блюдо	104	цыплята тушеные в со	80		252,82	15,52	18,56	4,2	100		315	20	21	5
	гарнир	688	макаронные изделия с	150		168,45	5,52	4,52	26,45	200		224	7,36	6,02	35,26
	сладкое	349	Компот из сухофрукт	200		132,8	0,04	0	24,76	200		132,8	0,66	0,09	32,01
	хлеб бел.			50		113,22	3,8	0,45	24,9			113,22	3,8	0,45	24,9
	хлеб черн.			50		85	2,75	0,5	17			85	2,75	0,5	17
						808,63	36,35	34,78	102,36			1098,7	51,48	Суп кар	138,86
						1306	46,95	57,51	179,83						
					45,9						45,9				

