

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 12

[Signature]

УТВЕРЖДЕНО:

ИП Коломойцев А.В.

[Signature]

школа		ДЕТИ ОТ 6,5 ДО 10 ЛЕТ				отд/корп		день		3			
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо		выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	3		
завтрак	гор.блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		200	27	295,2	13,3	6,9	43,4			
	гор.напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ КАКАО		250	4	41,1	0,2	0,0	10,1			
обед	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4			
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	8	75	0,1	8,3	0,1			
			15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	7	75	2,3	2,9	0,0		
	закуска		45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	14,71	45,9	1,0	3,0	3,5		
	1 блюдо		101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		250	26	170,4	5,3	4,9	36,2		
	2 блюдо		ТТК № 7	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ		90	32	245,7	13,9	15,2	4,1		
	гарнир		199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ		150	22	222,9	15,9	2,8	33,3		
	сладкое		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	10	84,0	0,8	0,8	20,1		
	хлеб			ХЛЕБ		40	3	81,6	2,6	0,4	17,0		
	ИТОГО						156,71						
школа			ДЕТИ ОТ 10 ДО 15 ЛЕТ				отд/корп		день		3		
прием пищи	раздел	№ рецепта	блюдо		выход,г	цена	калорийность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
завтрак	гор.блюдо	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	36	295,2	13,3	6,9	43,4			
	гор.напиток	376	ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ КАКАО		250	4	41,1	0,2	0,0	10,1			
завтрак	хлеб		ХЛЕБ ИЛИ БАТОН		40	3	78,6	2,3	0,9	15,4			
			МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	8	75	0,1	8,3	0,1			
			15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)		10	7	75	2,3	2,9	0,0		
обед	закуска		45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		100	18,72	76,7	1,5	5,1	6,0		
	1 блюдо		101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		250	26	170,4	5,3	4,9	26,2		
	2 блюдо		255	МЯСО КУРИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ В СОУСЕ		100	34	261,4	13,5	8,0	4,5		
	гарнир		199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ		180	27	267,5	19,1	3,5	40,0		
	сладкое		402	СОК ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ		200	10	84,0	0,8	0,8	20,1		
ИТОГО					50	3	81,6	2,6	0,4	17,0			
						176,72							