

Б-Уча СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>				
180	Каша пшённая молочная жидкая с/п	286	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25	22-85
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-56
Итого за Завтрак			Калорийность-252, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-54	29-21
Итого за ОВЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-252, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-54	29-21
<u>Завтрак</u>				
180	Каша пшённая молочная жидкая с/п	286	Калорийность-126, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25	22-85
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-56
Итого за Завтрак			Калорийность-252, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-54	29-21
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-252, Белки-7, Жиры-2, Углеводы-54	29-21
<u>Платный обед</u>				
250	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	29-34
200	Каша гречневая вязкая (гарнир)	789	Калорийность-238, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31	13-39
100	Гуляш из курицы	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	49-25
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72

60	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Платный обед			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26
<u>Обед 1-4 класс</u>				
200	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-97, Белки- 2, Жиры-4, Углеводы-13	25-74
150	Каша гречневая вязкая (гарнир)	789	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-23	10-50
100	Гуляш из курицы	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	49-25
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
50	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	5-40
60	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-799, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-129	99-45
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-799, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-129	99-45
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	29-34
200	Каша гречневая вязкая (гарнир)	789	Калорийность-238, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31	13-39
100	Гуляш из курицы	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	49-25
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26
Итого за Многодетные Можг.р-он			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26

Обед для льготных категорий

250	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	29-34
200	Каша гречневая вязкая (гарнир)	789	Калорийность-238, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31	13-39
100	Гуляш из курицы	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	49-25
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он			Калорийность-906, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-144	107-26
<u>Полдник</u>				
50	Бутерброд с сыром	0	Калорийность-139, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-15	33-47
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-80
Итого за Полдник			Калорийность-195, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29	36-27
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-195, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-29	36-27
Итого за день			Калорийность-4 216, Белки-134, Жиры-119, Углеводы-698	515-92

Руководитель
