

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>				
200	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом (ДОУ)	111	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-18	22-18
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-36
Итого за Завтрак			Калорийность-278, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47	28-37
Итого за ОБЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-278, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47	28-37
<u>Завтрак</u>				
200	Каша геркулесовая (вязкая) с маслом (ДОУ)	111	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-18	22-18
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-36
Итого за Завтрак			Калорийность-278, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47	28-37
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-278, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47	28-37
<u>Платный обед</u>				
60	Салат из квашенной капусты с растительным маслом	47	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	9-05
250	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	29-35
280	Плов из курицы с/п	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	56-08
200	Компот из сухофруктов с/п	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98

50	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	5-60
Итого за Платный обед			Калорийность-829, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-120	111-06
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-829, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-120	111-06
<u>Обед 1-4 класс</u>				
60	Салат из квашенной капусты с растительным маслом	47	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	9-05
200	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	26-35
250	Плов из курицы с/п	321	Калорийность-404, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-45	49-98
200	Компот из сухофруктов с/п	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-36
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-713, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-102	99-72
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-713, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-102	99-72
<u>Обед для льготных категорий</u>				
60	Салат из квашенной капусты с растительным маслом	47	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	9-05
250	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	29-35
280	Плов из курицы с/п	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	55-63
200	Компот из сухофруктов с/п	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-853, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-125	111-73
Итого за Многодетные Можг.р-он			Калорийность-853, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-125	111-73

Обед для льготных категорий

60	<i>Салат из квашенной капусты с растительным маслом</i>	47	Калорийность-51, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5	9-05
250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	29-35
280	<i>Плов из курицы с/п</i>	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	55-63
200	<i>Компот из сухофруктов с/п</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-853, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-125	111-73
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он			Калорийность-853, Белки-31, Жиры-28, Углеводы-125	111-73
<u>Полдник</u>				
90	<i>гребешок с повидлом</i>	285	Калорийность-329, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-45	28-13
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
Итого за Полдник			Калорийность-385, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-59	30-96
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-385, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-59	30-96
Итого за день			Калорийность-4 188, Белки-141, Жиры-136, Углеводы-626	521-94

Руководитель
