

Б-Уча СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------------

Завтрак

180	Каша манная молочная жидкая с/п	792	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-26	20-99
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-315, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	27-18
Итого за ОВЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-315, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	27-18

Завтрак

180	Каша манная молочная жидкая с/п	792	Калорийность-189, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-26	20-99
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-315, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	27-18
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-315, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-55	27-18

Платный обед

250	Суп крестьянский с крупой	134	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	36-25
200	Макаронные изделия отварные с маслом	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	Котлета «Геркулес» с соусом	79	Калорийность-232, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-12	37-32
200	Компот из сухофруктов с/п	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98

60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Платный обед			Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
<u>Обед 1-4 класс</u>				
60	<i>Икра кабачковая г/п</i>	1 046	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	15-36
200	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	22-79
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-96
90	<i>Котлета «Геркулес» с соусом</i>	79	Калорийность-209, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-11	33-59
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	5-60
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-799, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-113	99-28
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-799, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-113	99-28
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134	Калорийность-116, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	36-25
200	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	<i>Котлета «Геркулес» с соусом</i>	79	Калорийность-232, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-12	37-32
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76

Итого за Обед для льготных категорий		Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
Итого за Многодетные Можг.р-он		Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
<u>Обед для льготных категорий</u>			
250	<i>Суп крестьянский с крупой</i>	134 Калорийность-116, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	36-25
200	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97 Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	<i>Котлета «Геркулес» с соусом</i>	79 Калорийность-232, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-12	37-32
200	<i>Компот из сухофруктов сн</i>	153 Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0 Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0 Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед для льготных категорий		Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он		Калорийность-1 025, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-159	111-64
<u>Полдник</u>			
100	<i>Булочка Ванильная</i>	0 Калорийность-301, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-51	23-06
200	<i>Чай с сахаром</i>	300 Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
Итого за Полдник		Калорийность-357, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-65	25-89
Итого за ГПД Можг.р-он		Калорийность-357, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-65	25-89
Итого за день		Калорийность-4 860, Белки-134, Жиры-136, Углеводы-764	514-45

Руководитель
