

Б-Уча СОШ

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

Завтрак

200	Каша рисовая вязкая	203	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33	27-12
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-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	33-31
Итого за ОБЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	33-31

Завтрак

200	Каша рисовая вязкая	203	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33	27-12
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-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	33-31
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	33-31

Платный обед

250	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	33-23
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	52-39
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72

30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-88
Итого за Платный обед			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	111-44
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	111-44
<u>Обед 1-4 класс</u>				
200	<i>Рассольник ленинградский</i>	43	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13	26-58
150	<i>Каша гречневая вязкая (гарнир)</i>	789	Калорийность-178, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-23	10-49
100	<i>Гуляш из курицы</i>	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	52-39
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-88
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-752, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-119	101-89
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-752, Белки-26, Жиры-26, Углеводы-119	101-89
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	<i>Рассольник ленинградский</i>	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	33-23
200	<i>Каша гречневая вязкая (гарнир)</i>	789	Калорийность-238, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31	11-56
100	<i>Гуляш из курицы</i>	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	52-39
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-88
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	109-61
Итого за Многодетные Можг.р-он			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	109-61

Обед для льготных категорий

250	Рассольник ленинградский	43	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-17	33-23
200	Каша гречневая вязкая (гарнир)	789	Калорийность-238, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31	11-56
100	Гуляш из курицы	437	Калорийность-211, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-24	52-39
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
30	Хлеб ржано-пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	2-88
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	109-61
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он			Калорийность-836, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-130	109-61

Полдник

100	Колбаска детская (сосиска), запеченная в дрожжевом тесте собственного пр.	12 009	Калорийность-249, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-23	39-50
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
Итого за Полдник			Калорийность-305, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-37	42-33
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-305, Белки-10, Жиры-12, Углеводы-37	42-33
Итого за день			Калорийность-4 273, Белки-134, Жиры-137, Углеводы-668	541-50

Руководитель
