

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 вязкая молочная "Дружба" (ДОУ)	107	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28	18-60
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-327, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-56	24-79
Итого за ОБЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-327, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-56	24-79
<u>Завтрак</u>				
200	Каша вязкая молочная "Дружба" (ДОУ)	107	Калорийность-201, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-28	18-60
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-327, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-56	24-79
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-327, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-56	24-79
<u>Платный обед</u>				
250	Щи из свежей капусты с картофелем	41	Калорийность-154, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-8	34-78
200	Каша пшённая вязкая (гарнир)	284	Калорийность-201, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30	11-96
60	Сосиски отварные	222	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-1	38-88
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
60	Хлеб пшеничный	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-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	100-93
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	100-93
<u>Обед 1-4 класс</u>				
60	<i>Салат из соленых огурцов с луком</i>	29	Калорийность-34, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1	19-27
200	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	41	Калорийность-123, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-7	27-82
150	<i>Каша пшённая вязкая (гарнир)</i>	284	Калорийность-151, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-23	9-43
60	<i>Сосиски отварные</i>	222	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-1	38-88
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-36
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-528, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-60	101-59
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-528, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-60	101-59
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	41	Калорийность-154, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-8	34-78
200	<i>Каша пшённая вязкая (гарнир)</i>	284	Калорийность-201, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30	8-31
60	<i>Сосиски отварные</i>	222	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-1	38-88
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
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	97-28

Итого за Многодетные Можг.р-он		Калорийность-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	97-28	
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	<i>Щи из свежей капусты с картофелем</i>	41	Калорийность-154, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-8	34-78
200	<i>Каша пшённая вязкая (гарнир)</i>	284	Калорийность-201, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-30	8-31
60	<i>Сосиски отварные</i>	222	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-1	38-88
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
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-140, Белки-3, Углеводы-30	5-76
Итого за Обед для льготных категорий		Калорийность-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	97-28	
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он		Калорийность-785, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-113	97-28	
<u>Полдник</u>				
100	<i>Ватрушка с картофелем</i>	741	Калорийность-277, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-51	20-19
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	39-04
Итого за Полдник		Калорийность-396, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-69	59-23	
Итого за ГПД Можг.р-он		Калорийность-396, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-69	59-23	
Итого за день		Калорийность-3 934, Белки-137, Жиры-124, Углеводы-580	505-89	

Руководитель
