

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 пшённая молочная жидкая	286	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-21	22-76
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-231, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-50	28-95
Итого за ОБЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-231, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-50	28-95
<u>Завтрак</u>				
200	Каша пшённая молочная жидкая	286	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-21	22-76
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-231, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-50	28-95
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-231, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-50	28-95
<u>Платный обед</u>				
250	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	28-76
280	Плов из курицы с/п	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	46-76
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
60	Икра кабачковая г/п	1 046	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	17-84

Итого за Платный обед		Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
Итого за Платные обеды Можг.р-он		Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
<u>Обед 1-4 класс</u>			
200	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10 29-40
250	<i>Плов из курицы с/п</i>	321	Калорийность-404, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-45 41-75
200	<i>Компот из сухофруктов с/п</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27 10-98
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25 5-60
60	<i>Икра кабачковая г/п</i>	1 046	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 15-36
Итого за Обед 1-4 класс		Калорийность-765, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-111	103-09
Итого за 1-4 класс Можг.р-он		Калорийность-765, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-111	103-09
<u>Обед для льготных категорий</u>			
250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13 28-76
280	<i>Плов из курицы с/п</i>	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50 46-76
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
60	<i>Икра кабачковая г/п</i>	1 046	Калорийность-57, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4 17-84
Итого за Обед для льготных категорий		Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
Итого за Многодетные Можг.р-он		Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
<u>Обед для льготных категорий</u>			
250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13 28-76
280	<i>Плов из курицы с/п</i>	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50 46-76

200	Компот из сухофруктов сп	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-98
60	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	6-72
60	Икра кабачковая г/п	1 046	Калорийность-57, Белки- 1, Жиры-4, Углеводы-4	17-84
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
Итого за ОБЗ обед Можг.р-он			Калорийность-858, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-124	111-06
<u>Полдник</u>				
100	Булочка Ванильная	0	Калорийность-301, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-51	23-27
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
Итого за Полдник			Калорийность-357, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-65	26-10
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-357, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-65	26-10
Итого за день			Калорийность-4 159, Белки-142, Жиры-124, Углеводы-648	520-27

Руководитель ---