

Б-Уча СОШ

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

Завтрак

200	Каша рисовая молочная жидкая с/п	27,01	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33	25-98
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	32-17
Итого за ОВЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	32-17

Завтрак

200	Каша рисовая молочная жидкая с/п	27,01	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-33	25-98
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	32-17
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-354, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-62	32-17

Платный обед

250	Уха со взбитым яйцом с рыбой	60	Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-13	35-65
200	Макаронные изделия отварные с маслом	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	Голубцы «Уралочка»	191	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-14	45-87
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-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44
Итого за Платные обеды Можг.р-он			Калорийность-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44
<u>Обед 1-4 класс</u>				
200	<i>Уха со взбитым яйцом с рыбой</i>	60	Калорийность-106, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-10	36-05
150	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-221, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-35	10-96
90	<i>Голубцы «Уралочка»</i>	191	Калорийность-199, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-13	40-69
200	<i>Чай с сахаром</i>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-83
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-25	5-40
50	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-117, Белки-3, Углеводы-25	4-80
Итого за Обед 1-4 класс			Калорийность-814, Белки-35, Жиры-25, Углеводы-121	100-73
Итого за 1-4 класс Можг.р-он			Калорийность-814, Белки-35, Жиры-25, Углеводы-121	100-73
<u>Обед для льготных категорий</u>				
250	<i>Уха со взбитым яйцом с рыбой</i>	60	Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-13	35-65
200	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	<i>Голубцы «Уралочка»</i>	191	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-14	45-87
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-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44
Итого за Многодетные Можг.р-он			Калорийность-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44

Обед для льготных категорий

250	<i>Уха со взбитым яйцом с рыбой</i>	60	Калорийность-132, Белки-14, Жиры-4, Углеводы-13	35-65
200	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	97	Калорийность-294, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-47	14-61
100	<i>Голубцы «Уралочка»</i>	191	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-14	45-87
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-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он			Калорийность-983, Белки-42, Жиры-30, Углеводы-147	111-44
<u>Полдник</u>				
90	<i>Булочка "Домашняя" с/п</i>	292	Калорийность-322, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-49	19-06
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	11-81
Итого за Полдник			Калорийность-441, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-66	30-87
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-441, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-66	30-87
Итого за день			Калорийность-4 913, Белки-186, Жиры-145, Углеводы-751	530-26

Руководитель
