

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>				
180	Каша вязкая молочная "Дружба" с/п	4 001	Калорийность-364, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-69	22-83
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-20
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-23
Итого за Завтрак			Калорийность-491, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-97	28-26
Итого за ОВЗ завтрак Можг.р-он			Калорийность-491, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-97	28-26
<u>Завтрак</u>				
180	Каша вязкая молочная "Дружба" с/п	4 001	Калорийность-364, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-69	22-83
200	Чай с сахаром	300	Калорийность-56, Углеводы-14	2-20
30	Хлеб пшеничный	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	3-23
Итого за Завтрак			Калорийность-491, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-97	28-26
Итого за Завтрак платный Можг.р-он			Калорийность-491, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-97	28-26
<u>Платный обед</u>				
250	Борщ с капустой и картофелем	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	33-46
280	Плов из курицы с/п	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	55-64
200	Компот из сухофруктов с/п	153	Калорийность-103, Углеводы-27	10-12
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 Платный обед		Калорийность-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	108-82
Итого за Платные обеды Можг.р-он		Калорийность-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	108-82
<u>Обед 1-4 класс</u>			
60	<i>Салат из соленых огурцов с луком</i>	29 Калорийность-34, Белки- 1, Жиры-3, Углеводы-1	18-06
200	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39 Калорийность-85, Белки- 2, Жиры-4, Углеводы-10	15-87
250	<i>Плов из курицы с/п</i>	321 Калорийность-404, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-45	48-92
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	153 Калорийность-103, Углеводы-27	10-12
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	0 Калорийность-94, Белки- 3, Углеводы-20	4-48
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0 Калорийность-70, Белки- 2, Углеводы-15	2-88
Итого за Обед 1-4 класс		Калорийность-788, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-118	100-33
Итого за 1-4 класс Можг.р-он		Калорийность-788, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-118	100-33
<u>Обед для льготных категорий</u>			
250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39 Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	31-21
280	<i>Плов из курицы с/п</i>	321 Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	54-79
200	<i>Компот из сухофруктов сп</i>	153 Калорийность-103, Углеводы-27	10-12
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-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	105-72
Итого за Многодетные Можг.р-он		Калорийность-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	105-72
<u>Обед для льготных категорий</u>			

250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	39	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	<i>31-21</i>
280	<i>Плов из курицы с/п</i>	321	Калорийность-452, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-50	<i>54-79</i>
200	<i>Компот из сухофруктов с/п</i>	153	Калорийность-103, Углеводы-27	<i>10-12</i>
60	<i>Хлеб пшеничный</i>	0	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30	<i>6-72</i>
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<i>2-88</i>
Итого за Обед для льготных категорий			Калорийность-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	<i>105-72</i>
Итого за ОВЗ обед Можг.р-он			Калорийность-871, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-135	<i>105-72</i>
<u>Полдник</u>				
40	<i>Бутерброд с маслом</i>	2	Калорийность-122, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-10	<i>21-60</i>
200	<i>Какао с молоком</i>	266	Калорийность-119, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	<i>11-16</i>
Итого за Полдник			Калорийность-241, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-27	<i>32-76</i>
Итого за ГПД Можг.р-он			Калорийность-241, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-27	<i>32-76</i>
Итого за день			Калорийность-4 623, Белки-146, Жиры-132, Углеводы-744	<i>509-87</i>

Руководитель
