

Утверждаю

Директор  Аношко О.И.

15.02.2024 г.



Школа МБОУ "Кандатская СШ"

Отд./корп 12 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	32	Биточки рыбные, с маслом	105	21,00	161	14	9
	гор.блюдо	62	Капуста тушеная	150	13,45	110	3	5
	гор.напиток	73	Чай с лимоном, с сахаром	217	12,00	47	0	0
	хлеб	81	Хлеб пшеничный	40	5,00	94	3	0
	закуска	8	Овощи натуральные свежие (огурец, помидор)	100	10,00	18	1	0
	хлеб	82	Хлеб ржаной	30	5,00	59	2	0
				итого за завтрак		66,45	804	35
Обед	закуска	7	Овощи натуральные свежие (помидор)	60	10,00	13	1	0
	1 блюдо	23	Суп-лапша домашняя, с курицей	250/35	18,00	168	8	10
	2 блюдо	36	Говядина в кисло-сладком соусе	100	23,00	175	15	10
	гарнир	59	Каша перловая рассыпчатая	150	7,00	200	4	5
	напиток	66	Компот из смеси сухофруктов	200	12,00	112	0	
	хлеб бел.	81	Хлеб пшеничный	50	5,00	117	4	0
	хлеб черн.	82	Хлеб ржаной	30	5,00	59	2	0
	закуска	64	Фрукты свежие	200	17,18	90	0	0
				итого за обед		97,18	934	34

15.02.2024

Углеводы
7
14
12
20
3
12
94
2
12
7
35
28
25
12
20
140