

Школа

МКОУ ООШ г. Сосновка

Отд./корп

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Нейман А.Г.

День

16.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир								
	гор.блюдо	440	Пельмени "Элитные" отварные со сметаной	200/20	62,08	341,00	21,10	12,45	36,05
	закуска		Свежий огурец порционно	60	12,00	6,60	0,43	0,05	1,74
	гор.напиток	310	Компот из смеси сухофруктов	200	5,53	123,00	0,50	0,10	30,90
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
Обед	1 блюдо	65	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	204,00	7,30	4,40	30,80
	гарнир								
	гор.блюдо	440	Пельмени "Элитные" отварные со сметаной	200/20	62,08	341,00	21,10	12,45	36,05
	закуска		Свежий огурец порционно	60	12,00	6,60	0,43	0,05	1,74
	гор.напиток	310	Компот из смеси сухофруктов	200	5,53	123,00	0,50	0,10	30,90
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
					168,54				

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	146	Картофельное пюре	180	15,90	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	1	Куриные наггетсы со сливочным маслом	120/6	65,56	338,00	17,28	22,14	17,55
	закуска	6	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	60	4,76	57,00	1,30	2,70	6,20
	гор.напиток	310	Компот из кураги	200	11,13	123,00	0,50	0,10	30,90
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
Обед	1 блюдо	55	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	8,16	96,00	2,00	5,40	8,80
	гарнир	146	Картофельное пюре	180	15,90	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	1	Куриные наггетсы со сливочным маслом	120/6	65,56	338,00	17,28	22,14	17,55
	закуска	6	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	60	4,76	57,00	1,30	2,70	6,20
	гор.напиток	310	Компот из кураги	200	11,13	123,00	0,50	0,10	30,90
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
					206,30				

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	227	Макаронные изделия отварные	180/5	7,51	233,00	6,50	4,40	40,00
	гор.блюдо	110	Тефтели из говядины с рисом и с соусом	100/50	42,65	259,00	11,50	16,87	14,50
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	200	2,41	36,00	0,20	0,00	9,10
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
Обед	1 блюдо	87	Суп картофельный с рыбной консервой	250	24,84	167,25	8,61	8,40	14,34
	гарнир	227	Макаронные изделия отварные	180/5	7,51	233,00	6,50	4,40	40,00
	гор.блюдо	110	Тефтели из говядины с рисом и с соусом	100/50	42,65	259,00	11,50	16,87	14,50
	гор.напиток	300	Чай с сахаром	200	2,41	36,00	0,20	0,00	9,10
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
					133,42				

Школа

МКОУ ООШ г. Сосновка

Отд./корп

День

19.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	146	Картофельное пюре	180	15,90	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	83	Шницель рыбный со сливочным маслом	100/5	30,62	259,00	24,00	11,67	13,83
	гор.напиток	320	Напиток яблочный	200	5,54	94,00	0,10	0,10	24,00
	напиток		Сок фруктовый пакетированный	200	24,00				
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
Обед	1 блюдо	56	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	12,16	123,00	2,40	5,00	15,70
	гарнир	146	Картофельное пюре	180	15,90	166,00	3,70	5,90	24,00
	гор.блюдо	83	Шницель рыбный со сливочным маслом	100/5	30,62	259,00	24,00	11,67	13,83
	гор.напиток	320	Напиток яблочный	200	5,54	94,00	0,10	0,10	24,00
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
	фрукты								
	сладкое								
	напиток		Сок фруктовый пакетированный	200	24,00				
					167,72				

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	183	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,82	312,00	10,60	6,80	46,30
	гор.блюдо	136	Котлета рубленая из птицы со сливочным маслом	100/6	41,35	316,00	15,00	21,40	15,50
	закуска	25	Салат из свеклы с растительным маслом	60	3,43	69,00	1,00	4,80	5,00
	гор.напиток	302	Чай с сахаром и с лимоном	200	3,81	38,00	0,20	0,00	9,30
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
Завтрак 2	фрукты								
	сладкое								
	напиток								
Обед	1 блюдо	58	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	9,72	111,00	2,00	5,40	12,80
	гарнир	183	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,82	312,00	10,60	6,80	46,30
	гор.блюдо	136	Котлета рубленая из птицы со сливочным маслом	100/6	41,35	316,00	15,00	21,40	15,50
	закуска	25	Салат из свеклы с растительным маслом	60	3,43	69,00	1,00	4,80	5,00
	гор.напиток	302	Чай с сахаром и с лимоном	200	3,81	38,00	0,20	0,00	9,30
	хлеб	1.6	Хлеб дарницкий	30	1,72	57,90	1,98	0,36	10,02
	напиток								
	сладкое								
					131,98				