

ШКОЛА

МБОУ Истоки г.о. Самара

Отд./корп

День 09-04-2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	168	Каша манная молочная	200	16,00	197	9,900	14,800	4,900
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	8,00	93	0,100		10,100
	хлеб								
		11	Бутерброд с маслом	40	17,00	171	2,200	9,900	15,300
		7	Сыр (порциями)	18	12,00	58			
		254	Сосиски отварные	60	35,00	120			
					88,00	727			
Обед	закуска	34	Соленый огурец	60	8,00	7	0,900	11,300	4,600
	1 блюдо	81	Суп гороховый на м/к бульоне	200	6,00	180	4,500	7,300	13,800
	2 блюдо	276	Жаркое по-домашнему	200	62,00	279	19,600	17,600	12,200
	гарнир								
	хлеб бел.	2	хлеб пшеничный	46	4,00	108	2,900	0,200	19,400
	хлеб черн.	1	хлеб ржаной	42	3,00	84	2,300	0,400	13,700
	напиток	344	Компот из черной смородины + С вит	200	12,00	85	0,700	0,300	35,000
					95,00	743			



Директор

С.А.КОРНИЛОВА

Сад

Отд./корп

День

09-04-2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	168	Каша манная молочная	200	14,10	168	6,400	8,300	24,700
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,66	107	2,900	3,100	12,900
	хлеб								
		2	Батон с маслом	26	8,75	98	1,600	1,200	32,400
		14	Сыр (порциями)	14	10,91	52	3,300	4,200	0,000
Завтрак 2	напитки	344	Компот из черной смородины	100	5,32	36	1,400	0,000	19,700
Обед	закуска	34	Соленый огурец	30	5,05	3	0,200	0,000	0,400
	1 блюдо	81	Суп гороховый на м/к бульоне	180	4,57	101	2,500	6,200	13,200
	2 блюдо	276	Жаркое по- домашнему	180	43,18	201	6,300	11,900	4,400
	гарнир								
	хлеб бел.	2	хлеб пшеничный	34	2,69	81	3,200	0,300	21,100
	хлеб черн.	1	хлеб ржаной	42	3,00	84	2,700	0,500	16,400
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов + С вит	180	4,59	44			11,000
Полдник	сладкое	5	Печенье	40	9,80	167	1,800	1,400	26,400
	напиток	393	Чай с лимоном	200	2,85	46	0,200		9,600
Ужин	гор.блюдо	184	Каша пшеничная молочная	200	16,45	203	6,700	8,200	24,900
	гор.напиток	411	Кисель	200	4,17	98			23,500
	ИТОГО				146,09	1489			



С.А.КОРНИЛОВА