

Школа

МБОУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 С. АУР"

Отд./корп

7.10.21 / 2021

День

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	Фрукты	338	яблоко	150	376,80	1,406	72	72	294
	чай	294	чай	200	172,57	1,520	-	-	400
	закуска	58	салат из свежих овощей	100	257,98	2,080	30	136	124
	1 блюдо								
	2 блюдо	484	курица	70	460,98	3,540	240	220	100
	гарнир	66	картофельная	200	133,23	4,441,6	133,6	208,4	500
	сладкое								
	хлеб бел.	818	хлеб	45	37	1,755	73,8	12,6	11,70
	хлеб черн.								
	напиток								
				итого:	1,448,56	14,448,6	495,4	589	1,429,7
				на 1 чел	22-22	737,43	24,77	29,45	74,48

Школа

МБОУ " СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 С. АУР "

Отд./корп

6.10.21г/20гч День

3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток	268	чашка	200	21,62	700	2	0,4	184
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	119	сосиски омл	47	397,99	2.199,60	94,94	200,22	8,084
	1 блюдо	54	борщ	200	609,85	2.120,0	37,2	132	217,2
	2 блюдо								
	гарнир			50	186,87		98	744	4,170
	сладкое	604	печенье	50	37		73,8	12,6	11,7
	хлеб бел.	838	хлеб						
	хлеб черн.								
				на 100г	1,223,33	6854,6	305,94	1.083,22	12,666,9
				на 120г	61-16	342,73	15237	54,461	633,345

Школа

МБОУ " СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 С. АУР"

Отд./корп

День

№ 1

5.10.2022/2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	паштет мясной с картошкой	180	209,46	4.680	146,88	184,32	609,12
	гор.напиток	959	чай с молоком	200	179,62	2.904	70,4	74,4	509,8
	хлеб	154	булочки с маслом и сыром	30/10/5	226,24	3.936	118,8	198,12	407,52
		424	чай с молоком	40	165,90	1.260	102	92	6
Завтрак 2	фрукты	338	бананы	150	457,60	2.835,2	45,2	15,2	570
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел. хлеб черн.								
				на 200 г	1.238,82	15.615,2	423,28	564,04	2.102,44
				на 100 г	61,94	780,76	24,164	28,20	105,122

Школа

МБОУ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 С. АУР"

Огд./корп

13.10.21/23 кл

День

8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты		Салат	150	497,25	3260,48	51,98	17,48	655,5
	напиток	294	чай пот	200	88,06	1748	-	-	460
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо	49	пертого мяса	80	887,30	4,830	331,2	268,21	266,8
	гарнир	66	мама прелева	200	228,99	5,114,74	160,54	239,66	575
	сладкое					2,018,25			
	хлеб бел.	818	хлеб	45	74		84,87	14,49	13,455
хлеб черн.									
				итого:	1775,6	16971,47	628,59	539,9	15412,3
				на 1 уч	47,20	737,89	21,33	23,47	670,10