|  |  |
| --- | --- |
| МКОУ «Шовкринская основная общеобразовательная школа» | День 12.05.2021г |

Школа

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел | № рецепт. | Блюдо | Выход.г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Горячее  блюдо | 43 | Суп молочный рисовый | 2800г | 234 | 156 | 5,76 | 6,63 | 18.28 |
|  |  | 53 | Плов с курицей и чечевицей | 700/1400г | 160 | 301 | 19,4 | 9,5 | 34,7 |
|  | Горячие напитки | 495 | Чай с лимоном | 3000 | 48 | 61 | 0,1 | 0 | 15,2 |
|  |  | 122 | Хлеб | 1400 | 50 | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 |
|  |  | 41 | масло сливочное | 280 | 120 | 150 | 0 | 16,40 | 0.20 |
|  |  | 53 | Салат из отварной свеклы и зеленого горошка | 840 | 75 | 64 | 1,13 | 4,56 | 4,02 |
|  |  | 122 | Фрукты «Бананы» | 1510 | 167 | 63 | 0,30 | 0,2 | 18,2 |
| Итого: |  |  |  |  | 854 |  |  |  |  |

Школа

|  |  |
| --- | --- |
| МКОУ «Шовкринская основная общеобразовательная школа» | День 28.04.2021г |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Раздел | № рецепт. | Блюдо | Выход.г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Горячее  блюдо | 96 | Суп рассольник с говядиной | 1400г | 230 | 123,9 | 2,7 | 7,2 | 13,35 |
|  |  | 64 | Каша гречневая молочная | 2380 | 180 | 189,02 | 5,93 | 8,86 | 21.25 |
|  | Горячие напитки | 349 | Кисель | 2800 | 90 | 50,16 | 1,20 | 1,33 | 10,27 |
|  |  | 122 | Хлеб | 1400 | 50 | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 |
|  |  | 41 | масло сливочное | 170 | 80 | 150 | 0 | 16,40 | 0.20 |
|  |  | 45 | Винегрет овощной | 840 | 120 | 56,88 | 0,82 | 3,71 | 5,06 |
|  |  | 122 | Фрукты «Яблоки» | 1510 | 104 | 36 | 0,4 | 0,3 | 6,2 |
| Итого |  |  |  |  | 854 |  |  |  |  |