СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ _____

Заведующий _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "МАГНАТ"

Хисамов Р.Р. _____

01.12.2022

Выход (г, мл)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
200	***Какао с молоком (1-й вариант) 200 мл***	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
100	***Йогурт 100 гр***	Калорийность-136, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7	
40	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 40гр***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
36	***Печенье Овсяное 36г***	Калорийность-166, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28	
150/4	***Каша жидкая молочная из рисовой крупы 150/4***	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-30	
10	***Масло сливочное (порциями) 10г***	Калорийность-66, Жиры-7	
150	***Яблоки свежие 150г***		
	Итого за Завтрак	Калорийность-758, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-97	
	Обед		
200/5	***Рассольник ленинградский со сметаной (перловка) 200/5***	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	
150/5	***Макаронные изделия отварные 150/5***	Калорийность-212, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-36	
60	***Биточки из птицы* 60г "Халяль"***	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8	
30	***Соус томатный 30г***	Калорийность-21, Жиры-1, Углеводы-2	
	вода, томатная паста (килограмм), морковь неочищенная, мука пшеничная в/с, масло сливочное 72,5% жирности, лук неочищенный, масло растительное, сахар, соль поваренная йод,кг		
30	***Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30г***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
200	***Чай с сахаром 200 мл***	Калорийность-60, Углеводы-15	
20	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 20г***	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
	Итого за Обед	Калорийность-741, Белки-23, Жиры-24, Углеводы-104	
	Итого за день	Калорийность-1 499, Белки-47, Жиры-53, Углеводы-201	

_____ _____ _____

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ _____

Заведующий _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "МАГНАТ"

Хисамов Р.Р. _____

01.12.2022

Выход (г, мл)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
200	***Какао с молоком (1-й вариант) 200 мл***	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-20	
100	***Йогурт 100 гр***	Калорийность-136, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7	
180/5	***Каша жидкая молочная из рисовой крупы 180/5г***	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-30	
40	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 40гр***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
36	***Печенье Овсяное 36г***	Калорийность-166, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28	
	Итого за Завтрак	Калорийность-692, Белки-24, Жиры-22, Углеводы-97	
	Обед		
60	***Биточки из птицы* 60г "Халяль"***	Калорийность-171, Белки-10, Жиры-11, Углеводы-8	
30	***Соус томатный 30г***	Калорийность-21, Жиры-1, Углеводы-2	
	вода, томатная паста (килограмм), морковь неочищенная, мука пшеничная в/с, масло сливочное 72,5% жирности, лук неочищенный, масло растительное, сахар, соль поваренная йод,кг		
30	***Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30г***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
250/10	***Рассольник ленинградский со сметаной (перловка) 250/10г***	Калорийность-147, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-17	
180/5	***Макаронные изделия 180/5***	Калорийность-255, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-43	
30	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 30г***	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
200	***Чай с сахаром 200 мл***	Калорийность-60, Углеводы-15	
	Итого за Обед	Калорийность-784, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-111	
	Итого за день	Калорийность-1 476, Белки-48, Жиры-47, Углеводы-208	

_____ _____ _____