СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ _____

Заведующий _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "МАГНАТ"

Хисамов Р.Р. _____

23.12.2022

Выход (г, мл)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
30/150	***Каша гречневая рассыпчатая с мясом птицы (гуляш) "Халяль" 30/150г***	Калорийность-380, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-40	
200	***Чай с сахаром 200 мл***	Калорийность-60, Углеводы-15	
30	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 30г***	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
100	***Йогурт 100 гр***	Калорийность-136, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7	
40	***Пряники 40***	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30	
150	***Яблоки свежие 150г***		
	Итого за Завтрак	Калорийность-793, Белки-32, Жиры-25, Углеводы-106	
	Обед		
200/15	***Суп картофельный с бобовыми и гренками 200/15***	Калорийность-197, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-16	
30/150	***Плов с мясом говядины Халяль" 30/150г***	Калорийность-350, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-39	
200	***Чай с лимоном 200мл***	Калорийность-62, Углеводы-15	
20	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 20г***	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
30	***Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30г***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
	Итого за Обед	Калорийность-739, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-96	
	Итого за день	Калорийность-1 532, Белки-64, Жиры-49, Углеводы-202	

_____ _____ _____

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ _____

Заведующий _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "МАГНАТ"

Хисамов Р.Р. _____

23.12.2022

Выход (г, мл)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
200	***Чай с сахаром 200 мл***	Калорийность-60, Углеводы-15	
100	***Йогурт 100 гр***	Калорийность-136, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7	
30/170	***Каша гречневая рассыпчатая с мясом птицы (гуляш)"Халяль" 30/170г***	Калорийность-380, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-40	
40	***Хлеб пшеничный обогащенный 40г***	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	
	Итого за Завтрак	Калорийность-670, Белки-31, Жиры-24, Углеводы-81	
	Обед		
30/150	***Плов с мясом говядины Халяль" 30/150г***	Калорийность-350, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-39	
200	***Чай с лимоном 200мл***	Калорийность-62, Углеводы-15	
30	***Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30г***	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	
30	***Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) 30г***	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-14	
250/20	***Суп картофельный с бобовыми и гренками 250/20***	Калорийность-152, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-20	
	Итого за Обед	Калорийность-694, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-100	
	Итого за день	Калорийность-1 364, Белки-53, Жиры-46, Углеводы-181	