

Школа

МБОУ "Каргопольская ООШ"

Отд./корп

День

суббота

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 кл	гор.блюдо	№229	рыба припущенная с овощами	90/30		135,09	9,33	6,33	10,2
	гор.напиток	685/2004	Чай с сахаром и яблоками	180/10/10		65,3	0,2	0,5	15,7
	хлеб		хлеб пшеничный	30		71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20		44	1	0,2	9
		20	огурцы свежие с маслом	60		64,2	2,142	5,09	2,47
	гарнир	312	картофельное пюре	150		212,9	3,8	6,5	34,8
			Итого за завтрак		55,55	592,49	18,752	19,42	86,93
Обед 5-9 кл	закуска	№52	Салат из свеклы отварной	60		61,07	0,73	3,38	4,4
	1 блюдо	№108	суп картофельный с клейками на мкб со сметаной	225/15/10		232	6,59	7,62	24,45
	2 блюдо	288	курица тушеная с овощами	80/30		227,2	14	11,2	17,6
	гарнир	304	рис отварной	180		264	4,44	8,04	44,67
	напиток	342	компот из свежих плодов	200		76,8	0,17	0,17	19,18
	хлеб		хлеб пшеничный/ржано- пшеничный	60		142	4,56	0,48	29,52
			цена за обед /итого за обед		78,20	992,94	30,49	30,89	139,82
			родительская плата		69,90				