

Согласовано
 Директор МБОУ СОШ №31 со спортивным уклоном

Золотухина Т.А.

школа МБОУ СОШ №31 со спортивным уклоном

Одт/корп

"Утверждаю"
 Директор ООО "Дружба"
 Марьева Т.П.

день 20.09.2021

прием пищи	раздел	№рек.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	белки	жиры	углеводы
завтрак	завузка	14	Масло сливочное	30	7,24	66,2	0,1	7,25	0,14
	гор. блюдо	204	Макароны с сыром	200	35,22	307	12	15	30
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,46	56	0	0	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	70,5	0,6	0,6	14,7
	фрукты	338	Груша свежая	140	17,81	65,8	0,56	0,42	14,4
	итого			580	63,58	565,50	13,26	23,27	73,24
обед	завузка	71	Помидор свежий	50	3,3	12	0,55	0,1	1,9
	завузка	71	Огурец свежий	50	2,97	5,5	0,32	0,04	0,95
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	7,71	110	1,69	4,91	14,8
	2блюдо	268	Биточки из говядины	105	52,78	240	14	13	16
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	15,24	332	7	4	64
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,85	71	1	1	15
	хлеб		Хлеб ржаной	20	1,33	40,2	1,36	0,26	7,96
	напиток	342	Компот из яблок свежих	200	7,04	113	0	0	28
	итого			885	92,22	923,7	25,92	23,31	148,61
	полдник	кондитерское изд.		Конфета "Соната"	45	28,34	248	2,25	12,6
напиток			Сок фруктовый вишня	200	15,86	100	0	0	24
						70,5	0,6	0,6	13,2
итого				245	44,2				
всего за день				1710	200,00	1559,70	39,78	47,18	235,05

Ответственная по питанию И.В. Шитикова И.В.

Зав.производства И.Н. Ильинов А.Н.