

«Утверждаю»
 Директор МКОУ
 «Розгребельская СОШ»
 _____ / Сухорукова Н. Н.

Школа МКОУ Розгребельская СОШ Отд./корп _____ День 04.04.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	145	салат гречневая	200	10-60	268	11	24,5	15
	гор. напиток	346	чай с сахаром	200	2-41	81,3	82	81	15,0
	хлеб								
			Всего!		13-313	23,3			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	56	салат из свежих огурцов	60	8-40	81,2	9,4	2,4	16
	1 блюдо	96	суп овощной	250	4-40	90,1	2,4	2,8	13,5
	2 блюдо	99	фрикадельки	80	24-03	262,0	18	14,5	14,4
	гарнир	309	картофель отварной	150	4,2	269,2	6,8	10,0	38,0
	сладкое	344	чай с сахаром	200	3,51	144,66	9,02	2,28	15,42
	хлеб бел.	ж/л	хлеб ржаной пшеничный	40	2,40	71	2,8	8,5	14,6
	хлеб черн.	л/л	хлеб пшеничный	50	6-25	279,9	6,6	9,2	42,4
			Всего!		53-49	1109-06			
			Итого!		67-10	1438-36			

«Утверждаю»
 Директор МКОУ
 «Розгребельская СОШ»
 _____ / Сухорукова Н. Н.

Школа Лицей, Розгребельская СОШ Отд./корп День 05.04.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	309	Макаронки отварные	150	6,06	269,2	6,8	10,0	38,0
	гор. напиток	1164	Чай с сахаром	200	2,71	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	с/к	Хлеб пшеничный	36	4,54	45,8	1,65	0,3	14,5
			Всего!		13,31	376,3			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	91	Вареный картофель	60	6,65	49,3	1,1	3,4	3,2
	1 блюдо	61.	Суп картофельный с зеленью	200	5,85	82	2,0	1,9	14,5
	2 блюдо	288	Щеи кури отварные	100	25,80	101,3	2,2	6,0	9,8
	гарнир	903	картофельное пюре	150	3-10	129,3	2,4	4,7	17,6
	сладкое	344	Чай с сахаром	200	3-51	114,6	9,02	2,88	15,42
	хлеб бел.	с/к	Хлеб пшеничный	40	2,40	71	2,8	0,5	14,6
	хлеб черн.	с/к	Хлеб пшеничный	50	6,48	240,9	6,6	9,2	44,4
			Всего!		53-79	821,40			
			Итого!		67,10	1188,4			

«Утверждаю»
 Директор МКОУ
 «Розгребельская СОШ»
 / Сухорукова Н. Н.

Школа Лицей, Розгребельская СОШ Отд./корп День 06.04.22.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	520	сметана с яблоками	205	6-60	154,0	4,8	5,1	24,5
	гор. напиток	1164	чай с сахаром	200	2-71	81-3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	1/2	Фермер	20	4,0	194,0	1,3	4,4	12,4
			Всего!		13-81	415-30			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	222	цпфа с морковью	60	8-30	84,4	1,4	4,4	7,0
	1 блюдо	103	суп картофельный с вермишелью	250	3-89	117,9	2,4	2,8	20,4
	2 блюдо	291	Тефтели	200	23-09	229,0	12,4	7,8	26,8
	гарнир								
	сладкое	377	чай с лимоном	200	3-51	114,66	0,22	2,28	15,42
	хлеб бел.	1260	Блины со сметаной	80	12-50	297,6	7,2	11,9	39,2
	хлеб черн.	1/2	Хлеб ржаной - пшеница	40	2-40	71,1	2,8	0,5	14,6

Всего!
 53-79 864,66
 67,10 1275,96
 Итого!

«Утверждаю»
 Директор МКОУ
 «Розгребельская СОШ»
 _____ / Сухорукова Н. Н.

Школа МКОУ «Розгребельская СОШ» Отд./корп _____ День 04.02.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	175	Салат картофельный	210	7-30	280	6,8	4,1	33,4
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2-70	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	п/к	Хлеб	20	3-31	194,0	1,3	4,4	12,4
			Всего:		13-31	515,3			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	91	Салат из д.р. капусты	80	6-65	49,3	1,1	3,4	3,2
	1 блюдо	294	Борщ со сметаной	250	4-95	83,7	2,2	4,6	8,6
	2 блюдо	495	Компот	80	22-05	153,0	10,3	8,1	94
	гарнир	302	Картофель отварной	150	10-48	281,8	8,9	4,1	39,8
	сладкое	376	Чай с сахаром	250	3-51	114,6	9,02	2,28	15,12
	хлеб бел.	п/к	Хлеб пшеничный	40	2,40	71	2,8	0,5	14,6
	хлеб черн.	п/к	Хлеб пшенично-пш.	30	3,75	158,9	4,1	0,5	35,2
			Всего:		53-29	862,3			
			итого:		64,10	1380,6			

«Утверждаю»
 Директор МКОУ
 «Розгребельская СОШ»
 _____ / Сухорукова Н. Н.

Школа МКОУ, Розгребельская СОШ Отд./корп _____ День 08.04.22

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорий ность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	243	Овечья отбивная	50	4-78	241,0	11,0	23,9	0,4
	гор. напиток	1164	Чай с сахаром	200	2-41	01,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	2/2	Хлеб	40	2,82	46,7	1,5	0,2	9,6
			Всего!		13-31	369			
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Икра свекольная	60	3-38	185,3	2,3	1,0	22,8
	1 блюдо	319	Суп картофельный с морковью	250	3-60	148,5	6,8	5,0	18,9
	2 блюдо	234	Потеея Родная	80	24,8	143,4	14,7	4,8	10,3
	гарнир	891	Рис отварной	150	6-35	195,0	3,4	4,2	38,0
	сладкое	350	Пирог шоколадный	200	5,81	150,0	0,6	6,0	0,1
	хлеб бел.	2/2	Хлеб пшеничный	60	7-52	46,9	1,4	0,3	14,9
	хлеб черн.	2/2	Хлеб ржаной-печеный	40	2,40	48	0,5	2,8	14,6

Всего!
 53-79 944,1
 64,10 1316,1
 итого!