



Утверждаю:  
 Директор  
 И.А. Ольховская

Школа МКОУ "СШ г. Игарки" им. В.П. Астафьева Отд./корп 6-10 лет День 04.03.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша молочная манная	200	27,10	216,00	6,19	7,34	31,70
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	50	6,00	83,20	3,20	0,06	16,04
	сыр порционно	20	21,00	57,00	3,89	4,37	0,48
	яблоко	30	11,40	82,00	1,10	0,30	15,10
Обед							
	рассольник с курицей	200	56,09	120,00	2,32	4,11	20,45
	омлет	100	48,07	121,00	8,41	6,38	2,42
	чай с лимоном	200	10,20	82,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	50	6,00	83,10	3,20	0,06	16,04
	хлеб ржаной	37	5,89	53,40	1,80	0,30	9,24
				Отд./корп	11-18 лет		
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	каша молочная манная	200	27,10	216,00	6,19	7,34	31,70
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	60	7,20	83,20	3,20	0,06	16,04
	сыр порционно	20	21,00	57,00	3,89	4,37	0,48
	хлеб ржаной	37	5,89	80,00	1,96	0,60	17,92
	яблоко	70	26,60	82,00	1,10	0,30	15,10
Обед	салат из свеклы	100	20,50	91,67	1,77	5,10	9,62
	рассольник с курицей	200	56,09	120,00	2,32	4,11	20,45
	омлет	100	48,07	121,00	8,41	6,38	2,42
	апельсин	70	26,60	82,00	1,20	0,30	16,30
	чай с лимоном	200	10,20	82,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	50	6,00	83,10	3,20	0,06	16,04
	хлеб ржаной	28	4,53	53,40	1,80	0,30	9,24