

Утверждаю:
 Директор
 И.А. Ольховская



Школа МКОУ "СШ г. Игарки" им. В.П. Астафьева Отд./корп 6-10 лет День 05.03.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	картофельное пюре	150	33,42	185,26	3,76	5,58	30,00
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	41	4,93	83,20	3,20	0,06	16,04
	салат из свеклы	100	20,50	91,67	1,77	5,10	9,62
	сыр порционнно	15	15,75	45,00	1,70	4,37	0,48
Обед							
	суп гороховый с говядиной	200	39,83	131,00	5,32	2,84	22,20
	макароны отварные	100	22,47	127,00	3,47	3,36	20,77
	гуляш из говядины	38	58,40	194,40	10,34	15,31	3,61
	чай	200	5,50	80,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	4	0,05	8,32	0,32	0,01	1,60
				Отд./корп	11-18 лет		
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	картофельное пюре	150	33,42	185,26	3,76	5,58	30,00
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	50	6,00	104,00	4,00	0,08	20,05
	салат из свеклы	100	20,50	91,67	1,77	5,10	9,62
	сыр порционнно	25	26,25	57,00	3,89	4,37	0,48
	хлеб ржаной	28	4,53	40,00	0,97	0,20	8,96
Обед	суп гороховый с говядиной тушеной	200	39,83	131,00	5,32	2,84	22,20
	макароны отварные	100	22,47	127,00	3,47	3,36	20,77
	гуляш из говядины	38	58,40	194,40	10,34	15,31	3,61
	чай	200	5,50	80,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	50	6,00	104,00	4,00	0,08	20,05
	хлеб ржаной	59	9,39	80,00	1,96	0,40	17,92
	апельсин	80	30,40	75,20	1,20	0,40	17,20