

Утверждаю:  
Директор  
И.А. Ольховская



Школа МКОУ "СШ г. Игарки" им. В.П. Астафьева Отд./корп 6-10 лет День 08.02.2022

прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	капуста тушеная с говядиной	100	67,21	98,00	3,03	4,62	9,08
	чай с лимоном	200	10,20	82,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	24	3,19	83,20	3,20	0,06	16,04
	яйцо отварное	1	18,00	63,00	5,08	4,60	0,28
Обед							
	суп куриный с клецками	200	33,18	122,00	2,72	2,76	22,56
	кура тушеная в соусе	50	44,12	183,34	13,09	16,16	3,61
	макроны отварные	100	22,47	63,50	1,74	1,68	10,39
	компот из сухофруктов	200	16,10	130,00	0,73	0,00	30,69
	Хлеб ржаной	65	10,38	84,00	2,02	0,50	20,19
				Отд./корп 11-18 лет			
прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	капуста тушеная с говядиной	100	67,21	98,00	3,03	4,62	9,08
	чай с лимоном	200	10,20	82,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	50	6,00	104,00	4,00	0,72	18,92
	яйцо отварное	1	18,00	63,00	5,08	4,60	0,28
	сыр	10	10,50	42,00	1,30	3,00	0,30
Обед	хлеб ржаной	17	2,79	57,00	3,89	4,37	0,48
	салат из свеклы	100	20,50	91,67	1,77	5,10	9,62
	суп куриный с клецками	200	33,18	122,00	2,72	2,76	22,56
	кура тушеная в соусе	50	44,12	183,34	13,09	16,16	3,61
	макроны отварные	100	22,47	63,50	1,74	1,68	10,39
	компот из сухофруктов	200	16,10	130,00	0,73	0,00	30,69
	Хлеб ржаной	66	10,62	84,00	2,02	0,50	20,19
	Хлеб пшеничный	50	6,00	104,00	4,00	0,72	18,92
апельсин	50	19,00	50,80	0,80	0,20	11,30	