

Утверждаю:
Директор
И.А. Ольховская



Школа МКОУ "СШ г. Игарки" им. В.П. Астафьева Отд./корп 6-10 лет День 09.02.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	суп молочный с гречкой	200	34,43	174,67	6,85	7,47	20,33
	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
	йогурт	1	48,00	106,00	5,88	5,00	8,00
Обед	салат из моркови	50	10,25	32,00	0,50	0,06	6,99
	суп яичный с курицей	200	42,11	106,00	2,05	3,99	17,09
	плов с курицей	100	44,67	226,00	8,77	7,61	30,15
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	44	5,22	83,10	3,20	0,06	16,04
				Отд./корп 11-18 лет			
Прием пищи	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	суп молочный с гречкой	200	34,43	174,67	6,85	7,47	20,33
	чай с лимоном	200	10,20	82,00	0,04	0,00	20,11
	Хлеб пшеничный	46	5,62	83,20	3,20	0,06	16,04
	йогурт	1	63,25	106,00	5,88	5,00	8,00
	яблоко	30	11,40	41,00	0,60	0,10	7,10
Обед	салат из моркови	100	20,50	32,00	0,50	0,06	6,99
	суп яичный с курицей	200	42,11	106,00	2,05	3,99	17,09
	плов с курицей	100	44,67	226,00	8,77	7,61	30,15
	сок	200	24,00	65,80	1,00	0,20	20,00
	Хлеб пшеничный	60	7,20	150,00	5,40	0,08	30,10
	Хлеб ржаной	20	3,11	48,10	0,91	0,20	9,45
	апельсин	80	30,40	83,00	1,20	0,30	16,30