

7.09.21

Утверждаю
директор МАОУ «СОШ с. Раздольное»
С.М. Ветрова



Завтрак 1-4

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|-------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 1. | Каша пшениная вар | 200 | 8,72 | 12,86 | 37,12 | 299 | |
| 2. | Батон | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 42,6 | |
| 3. | Сливочное масло | 10 | 0,05 | 5,22 | 0 | 68,6 | |
| 4. | Кашней му молот | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96 | |
| 5. | Яблоки | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | |
| 6. | | | | | | | |
| 7. | | | | | | | |
| Сумма | | | | | | 84,90 | |

Завтрак 5-11

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|-------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 8. | Каша пшениная вар | 250 | 8,72 | 12,86 | 37,12 | 299 | |
| 9. | Батон | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 42,6 | |
| 10. | Сливочное масло | 10 | 0,05 | 5,25 | 0,08 | 74,8 | |
| 11. | Вар | 20 | 5,12 | 5,22 | 0 | 68,6 | |
| 12. | Кашней му молот | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96 | |
| 13. | Яблоки | 100 | 0,4 | 0 | 9,8 | 44 | |
| 14. | | | | | | | |
| Сумма | | | | | | 90,90 | |

зав. производства

С.М. Ветрова

Е.В. Ларионова

4.09.21.

Утверждаю
директор МАОУ «СОШ с. Раздольное»
С.М. Вепрева



Завтрак 093 1-4.

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|----------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|----------------------------|------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 1. | Каша пшениная вар. | 200 | 8,42 | 12,86 | 34,12 | 299 | |
| 2. | Молоко | 30 | 2,43 | 0,3 | 11,64 | 42,6 | |
| 3. | Сливочное масло | 10 | 0,05 | 5,22 | 0 | 68,6 | |
| 4. | Вареной кукурузы | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96 | |
| 5. | Фрукты (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 | |
| 6. | | | | | | | |
| 7. | | | | | | | |
| Сумма | | | | | | 84,70 | |

Обед 093 1-4.

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|----------|------------------------|-------|------------------|------|----------|----------------------------|------------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 8. | Суп куриный с макарон. | 60 | 0,66 | 6,06 | 6,36 | 82,8 | |
| 9. | Суп с клецками | 200 | 0,96 | 2,08 | 7,02 | 50,6 | |
| 10. | Макароня отв. | 150 | 5,66 | 0,68 | 29,04 | 144,9 | |
| 11. | Пюре картофельное | 90 | 7,12 | 8,08 | 15,48 | 163,32 | |
| 12. | Соус овощной | 15 | 0,18 | 0,62 | 1,12 | 10,44 | |
| 13. | Вареной кукурузы | 200 | 0,1 | 0 | 23 | 96 | |
| 14. | Молоко пшеничное | 50 | 3,24 | 0,4 | 19,52 | 96,8 | |
| Сумма | | | | | | 59,50 | |

зав. производства

С.М. Вепрева

Е.В. Ларионова

4.09.21.

Утверждаю
директор МАОУ «СОШ с. Раздольное»
С.М. Вепрева



Завтрак 003-5-11

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|-------|--------------------|-------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 1. | Каша пшениная в.х. | 250 | 8,22 | 12,86 | 34,12 | 299 | |
| 2. | Банан | 20 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 42,6 | |
| 3. | Растительное масло | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 94,8 | |
| 4. | Сыр | 20 | 5,12 | 5,22 | 0 | 68,6 | |
| 5. | Компот из мор | 200 | 0,5 | 0,2 | 23,1 | 96. | |
| 6. | Яблоко | 100 | 0,4 | 0 | 9,8 | 44 | |
| 7. | | | | | | | |
| Сумма | | | | | | 90,90 | |

обед 003 5-11.

| № п/п | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Ст-ть питания |
|-------|---------------------|-------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
| | | | белки | жиры | углеводы | | |
| 8. | Салат из свеклы %ч. | 100 | 1,37 | 10,15 | 6,08 | 121,09. | |
| 9. | Суп с клецками | 250 | 2,66 | 5,81 | 16,44 | 131,95 | |
| 10. | Макарон отварн. | 180 | 4,12 | 8,16 | 44,48 | 296,48 | |
| 11. | Котлетки по-домашн | 100 | 11,5 | 21,46 | 4,39 | 381,46 | |
| 12. | Соус овощной | 15 | 1,24 | 4,19 | 8,14 | 45,44 | |
| 13. | Компот из смород. | 200 | 0,1 | 0 | 23 | 96. | |
| 14. | Ябло пшеница | 50 | 3,24 | 0,4 | 19,52 | 96,8. | |
| Сумма | | | | | | | |

зав. производства

С.М. Вепрева

Е.В. Ларионова