

Школа

МБОУ "Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

12-17

День

1 День 4.09.14

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	32	Маши домашняя "Анжелика"	205	1313	185,6	5,1	5,1	31,8
	гор.напиток	376	чай с сахаром / чай	215	4220	61,3	0,2	0,1	15,0
	хлеб	480	Сахар	100	18,64	111,5	7,6	0,8	96,7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	салат из белокачанной капусты	100	4,02	87,4	1,4	5,1	9,0
	1 блюдо	102	суп картофельный с бобовыми	250	10,20	134,8	5,5	5,3	16,3
	2 блюдо	347	котлета из мяса кур	100	20,64	161,3	13,1	7,5	10,2
	гарнир	694	пюре картофельное	200	10,45	183,0	4,1	6,4	27,3
	сладкое	407	сок	200	9,00	94,0	1,0	0,0	23,4
	хлеб бел.	480	батон	40	5,67	85,0	3,0	0,3	18,7
	хлеб черн. фрукты	481	хлеб	40	2,14	71,0	2,7	0,3	16,9



















Школа

"Полукотельниковская СОШ"

Отд./корп

7-11

День

10-д

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Яичная смесь	205	198	160,7			
	гор.напиток	376	чай с сахаром	215	92	66,3			
	хлеб	490	батон с сахаром	80/15	15	223,5			
Завтрак 2									
	фрукты								
Обед	закуска	67	винегрет овощной	100	1,96	52,2	1,3	2,3	6,5
	1 блюдо	101	суп картофельный с крупой и мясом	275	15,02	91,5	2,2	2,8	14,3
	2 блюдо	416	котлета	100	33,63	153,0	10,3	8,1	9,4
	гарнир	309	макаронные изделия отварные	200	8,23	336,5	8,8	9,4	57,9
	сладкое	382	какао с молоком	200	19,02	154,0		4,0	25,8
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	481	хлеб	40		3,64	71,0	2,8	0,5