

Удостоверено.
Директор
МБОУ "Краснозвездинская
средняя
общеобразовательная
школа"

ржадо
СОЮЗ-К" _____ Кисел

2023г

1 день

7-11 лет

06.03.2023г.

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
311К	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	9,6	10,7	3,0	168,1
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	160	4,9	5,3	21,8	155,0
80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ)	50	1,7	0,1	2,9	22,4
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	15,0	58,0
тتك №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,8	0,4	16,9	81,8
	Итого за весь прием пищи:	545	19,2	16,5	59,6	485,3

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
311К	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	120	11,52	12,84	3,6	201,72
303	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР)	180	5,5	5,49	24,6	175
80	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(КАПУСТА КВАШЕНАЯ)	60	2,04	0,12	3,48	26,88
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0	15	58
тتك №6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,76	0,35	16,9	81,8
	Итого за весь прием пищи:	595	22,02	18,8	63,58	543,4