

Университет (И.В. Крайнов)

Школа

МБОУ "Сепольская ООШ"

Отд./корп

День

25.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	217	каша рисовая	200	14,30	210	5	7	33
	гор.напиток	457	чай с сахаром	200	2,03	49	0	0	12
	хлеб		хлеб с сыром	70	10,90	174	5	2	36
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	104	щи из свежей капусты на мясном бульоне	250	15,26	143	3	10	11
	2 блюдо	339	рыба в молоке	80	38,00	160	3	6	23
	гарнир	377	пюре картофельное	150	18,06	46	3	0	0
	сладкое		сок фруктовый	200	16,00	67	1	0	13
	хлеб бел.		Хлеб	80	4,80	174	5	2	36
	хлеб черн.								
	итог					1023	25	27	164

Исследование № (А.К. Суаймов)

Школа

МБОУ "Сепольская ООШ"

Отд./корп

День

26.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	213	каша гречневая	200	13,46	246	8	8	35
	гор.напиток	463	какао со сгущенным молоком	200	13,67	196	5	5	33
	хлеб		хлеб с маслом	80	12,25	174	5	2	36
Завтрак 2	фрукты		яблоко	100	25873,00				
Обед	закуска								
	1 блюдо	129	суп с макаронными изделиями	250	12,11	109	3	3	14
	2 блюдо	375	плов из отварной курицы	230	27,83	818	41	50	45
	гарнир								
	сладкое	495	компот из сухофруктов	200	5,44	114	1	0	28
	хлеб бел.		Хлеб	80	4,80	174	5	2	36
	хлеб черн.								
	итог						1831	68	70

Утверждено *Чур* (А.В. Крайнова)

День 27.04.2023

Школа		МБОУ "Сепольская ООШ"		Отд./корп	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо							
Завтрак	гор.блюдо	227	каша ячневая		200	10,48	247	7	7	60
	гор.напиток	466	кофейный напиток со сгущенным молоком		200	13,10	119	3	3	20
	хлеб		хлеб с сыром		70	10,90	261	10	8	36
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска				250	19,72	150	5	11	32
	1 блюдо	101	рассольник "Ленинградский" на м/б		80	46,80	144	5	13	1
	2 блюдо	348	зразы мясные		150	9,81	281	7	7	47
	гарнир	256	макароны отварные		200	2,03	49	0	0	12
	сладкое	457	чай с сахаром		80	4,80	174	5	2	36
	хлеб бел.		Хлеб							
	хлеб черн.									
	итог						1425	42	51	244

Университет (Сур) (Ф.В. Усманова)

Школа МБОУ "Сепольская ООШ" Отд./корп День 28.04.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	139	суп молочный с макаронами	250	11,52	156	6	0	20
	гор.напиток	457	чай с сахаром	200	2,03	49	0	0	12
	хлеб		хлеб с маслом	60\10	12,25	174	5	2	36
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо	95	борщ из свежей капусты на мясном бульоне	250	16,14	111	2	7	11
	2 блюдо	366	курица отварная	100	24,70	202	15	15	1
	гарнир	202	греча отварная	150	11,01	264	9	5	45
	сладкое	495	компот из сухофруктов	200	5,44	114	1	0	28
	хлеб бел.		Хлеб	80	4,80	174	5	2	36
	хлеб черн.								
	итог					1244	43	31	189

